Моя кулинарная библиотечка

Оладушки и другие блюда для детей

Оладушки с.3

Пончики с фруктовой начинкой с.81

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Собраны рецепты оладий, блинчиков, запеканок, творожников, пудингов, желе и множества других вкусных и полезных блюд, которые с удовольствием будут кушать дети.

- Оладушки и другие блюда для детей
  - ОЛАДЬИ ИЗ КАБАЧКОВ

Оладушки и другие блюда для детей

ОЛАДЬИ ИЗ КАБАЧКОВ

...

кабачки – 1 кг, мука – 500 г, масло сливочное – 100 г, яйца – 4 шт., соль – по вкусу

Очищенные от кожицы кабачки, предварительно удалив семена, натереть на мелкой терке, добавить муку, яйца, соль и хорошо вымешать. Если полученная масса окажется густой, развести ее молоком. Жарить оладьи из кабачков на хорошо разогретой сковороде. Подать горячими со сметаной, кефиром или ряженкой.

ОЛАДЬИ ТЫКВЕННЫЕ

...

тыква – 200 г, мука пшеничная – 30 г, молоко – 20 мл, яйцо – 1/2 шт., сахар – 5 г, соль – 0,5 г, сметана – 30 г, масло растительное для жарения

Тыкву вымыть, очистить и натереть на мелкой терке. Всыпать муку, добавить яйцо, сахар и соль и хорошо перемешать. Влить, помешивая, молоко, нагретое до 40 – 50 °С. Хорошо размешать, чтобы получилась однородная, без комков, масса.

Разогреть сковороду с растительным маслом и выпечь оладьи, выкладывая тесто деревянной ложкой. Обжарить их с обеих сторон, пока не подрумянятся.

На стол подавать горячими, полив сметаной.

ТЫКВА С ОРЕХАМИ

...

тыква – 100 г, орехи грецкие (ядра) – 40 г, мед – 10 г, сахарная пудра – 4 г, сахарный песок – 20 г

Тыкву очистить, нарезать кусками, положить в посуду и залить горячей водой так, чтобы она покрывала тыкву наполовину. Варить в закрытой посуде в течение 20 – 30 минут. Затем тыкву вынуть и остудить.

Грецкие орехи очистить, измельчить и пересыпать сахарной пудрой.

Развести мед и сахарный песок в 50 мл кипятка.

Сваренную тыкву нарезать мелкими ломтиками или кубиками, смешать с орехами и полить сиропом.

Подавать на стол в охлажденном виде.

ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНКИ

Говяжью печенку вымыть, очистить от пленок и желчных протоков, нарезать небольшими кусочками, дважды пропустить через мясорубку. Добавить 1 яйцо, соль и муку, хорошо перемешать до получения однородной массы. Жарить оладьи на раскаленной сковороде со сливочным маслом до готовности.

Рис отварить и промыть. Готовый рис выложить горкой на середину круглого термостойкого блюда, смазать взбитым яйцом. По краям блюда разложить оладьи из говяжьей печенки. Поставить блюдо в духовку, запекать до образования на рисе светло-золотистой корочки.

Помидоры ошпарить кипятком, очистить от кожицы, разрезать на 4 – 6 частей (в зависимости от размера помидора). Свежие огурцы вымыть и разрезать вдоль на 4 части. Перед подачей на стол украсить блюдо с рисом и оладьями свежей зеленью укропа и петрушки.

БЛИНЧИКИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ

...

печенка телячья – 600 г, яйца – 3 шт., лук репчатый – 2 шт., масло растительное – 70 мл, мука – 3 ст. ложки, соль – по вкусу

Печенку пропустить через мясорубку или измельчить миксером. Лук поджарить до золотистого цвета. Фарш смешать с луком, взбитыми яйцами, мукой, посолить и хорошо вымешать. Масло раскалить на сковородке. Столовой ложкой выкладывать на сковородку блинчики из фарша. Жарить на среднем огне 5 – б минут. Подавать горячими со сметаной.

БЛИНЧИКИ С ВАРЕНЬЕМ

...

мука – 200 г, яйца – 2 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, молоко – 300 мл, сахар – 2 ст. ложки, варенье – 250 г, масло для смазывания блинчиков – 50 – 70 г, сметана – 100 г, кусочек свиного сала для смазывания сковороды

Желтки растереть с сахаром и солью, добавить молоко, хорошо размешать, влить растопленное масло и постепенно вылить в кастрюлю с мукой, размешивая, чтобы не было комков. Добавить взбитые в пену белки. Разогреть сковороду, смазанную кусочком свиного сала, налить немного теста, поворачивая сковороду так, чтобы тесто разливалось тонким слоем (если на сковороду попадет много теста, слить его со сковороды обратно в кастрюлю). Сковороду поставить на огонь, и как только одна сторона блина зарумянится, широким ножом или лопаточкой перевернуть его на другую сторону. На каждый блинчик выложить 1/2 чайной ложки варенья и свернуть его вчетверо. Складывать блинчики в мелкую кастрюлю. Каждый ряд сбрызгивать растопленным маслом. Подавать блинчики горячими со сметаной.

ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ

...

мука – 300 г, масло сливочное – 1 ч. ложка, яйцо – 1 шт., сахар – 3 ст. ложки, дрожжи свежие – 1/3 палочки, вода – 2 стакана, соль – по вкусу

Для начинки:

яблоки – 5 шт., сахар – 3/4 стакана, масло растительное для жарения – 100 мл, сахарная пудра – 2 ч. ложки

Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать ломтиками, засыпать сахаром и поставить в холодильник на 1 – 2 часа.

Сахар с яйцом и солью хорошо растереть, добавить растопленное масло; в эту смесь влить воду, размешанную с дрожжами, хорошо разболтать, всыпать муку, замесить тесто и подождать, пока оно не увеличится вдвое. Ломтики яблок обмакнуть в тесто и обжарить на сковороде в большом количестве масла. Обжаренные в тесте яблоки поставить в нагретый до 180 ˚С духовой шкаф, чтобы яблоки дошли. Перед подачей посыпать сахарной пудрой.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА

...

творог – 500 г, мука пшеничная – 3 ст. ложки, сахар – 1/2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., маргарин – 20 г, сухари – 1 ст. ложка, сметана для смазывания – 1 ст. ложка, сметана – 1/2 стакана, соль – по вкусу

Творог размять, смешать с мукой, яйцом, сахаром и солью. Подготовленную массу выложить на смазанный маргарином и посыпанный сухарями противень (или в форму) слоем 3 – 4 см, выровнять поверхность, смазать ее сметаной и в течение 20 – 30 минут запекать в духовом шкафу до образования на поверхности запеканки румяной корочки.

Подают запеканку со сметаной.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ХУРМЫ И ТВОРОГА

...

хурма – 3 крупных плода, творог – 500 г, крупа манная – 1/2 стакана, яйцо – 1 шт., сахар – 2 ст. ложки, сметана – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка, сухари молотые – 1 ст. ложка, ванильный сахар – 1 ч. ложка

Плоды хурмы вымыть, очистить от кожуры, нарезать на небольшие кусочки и удалить косточки. Подготовленные кусочки хурмы залить небольшим количеством воды, поставить на огонь и довести воду до кипения. В кипящую воду всыпать манную крупу и хорошо размешать ее. Снять получившуюся массу с огня и дать ей немного остыть. Яйцо разбить и растереть с сахаром, а творог, если это необходимо, протереть через сито. В охладившуюся массу добавить творог, яйцо, ванильный сахар и тщательно ее перемешать.

Сковороду для запеканки подогреть, смазать сливочным маслом, посыпать молотыми сухарями, а затем выложить на нее приготовленную для запекания массу. Разровнять с помощью столовой ложки и смазать ее сверху сметаной. Поставить в духовой шкаф и запечь.

При подаче к столу порционные кусочки запеканки можно полить сладким соусом или жидким вареньем.

ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ

...

лапша вареная – 100 г, яйцо – 1/2 шт., творог – 50 г, сахар – 10 г, сметана – 20 г, соль – 1 г

Творог протереть через сито, соединить с яйцом, посолить, добавить сахар и осторожно смешать с вареной лапшой.

Смазать сковороду маслом, выложить в нее подготовленную массу, разровнять и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол полить сметаной.

ТВОРОЖНИКИ С МОРКОВЬЮ

...

творог – 500 г, морковь – 8 – 9 шт., сахар – 1/3 стакана, мука пшеничная – 1/2 стакана, яйца – 2 шт., масло сливочное – 70 г, соль – по вкусу

Творог протереть. Морковь промыть, очистить, нарезать тонкими ломтиками и тушить под крышкой, добавив 15 г сливочного масла и 125 мл воды. Готовую морковь протереть, смешать с творогом, добавить муку, яйца, сахар, соль, все хорошо перемешать.

Массу выложить на посыпанный мукой стол, скатать в форме колбаски, разрезать ее поперек на равные по величине лепешки (10 – 15 шт.), каждую лепешку обвалять в муке.

Творожники выложить на разогретую с маслом сковороду и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки. Готовые творожники уложить на блюдо и подать со сметаной или фруктовым сиропом. Можно посыпать их сахарной пудрой.

ТВОРОЖНИКИ С СЫРОМ И СМЕТАНОЙ

...

творог – 500 г, мука пшеничная – 1/2 стакана, сыр – 120 г, яйца (желток) – 4 шт., масло сливочное – 100 г, сметана – 1/3 стакана, сахар – 40 г, соль – по вкусу

Творог размять, сыр натереть на терке. Подготовленные творог и сыр соединить, добавить желтки, половину муки, сахар, соль и все тщательно перемешать.

Полученную массу разделить на творожники, панировать в оставшейся муке и жарить с обеих сторон на сливочном масле. Подают творожники со сметаной.

ТВОРОЖНИКИ С ИНЖИРОМ И ОРЕХАМИ

...

творог – 500 г, мука пшеничная – 1/2 стакана, сахар – 3 ст. ложки, ядра грецких орехов – 2/3 стакана, инжир – 120 г, яйца (желток) – 4 шт., масло сливочное – 60 г, сметана – 2/3 стакана, соль – по вкусу

Творог размять, муку просеять, инжир замочить и мелко нарезать. Ядра орехов поджарить и мелко порубить. Творог соединить с половиной муки, желтками, инжиром и орехами, посолить и все тщательно перемешать.

Подготовленную массу разделить на равные части, придать им округлую форму и обвалять в муке. Жарить с обеих сторон на сливочном масле до золотистого цвета, затем поставить в разогретый духовой шкаф и в течение 5 – 7 минут довести до готовности. На стол творожники подают горячими со сметаной.

ТВОРОЖНИКИ С ФИНИКАМИ

...

финики без косточек – 150 г, творог – 600 г, мука – 1 стакан, яйца – 2 шт., масло растительное (или маргарин) – 4 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, вода – 3 ст. ложки, соль – по вкусу

Перебранные и промытые предварительно финики залить водой так, чтобы она покрывала их, и варить в течение 10 – 15 минут. Сваренные финики пропустить через мясорубку, добавить сахар, перемешать, еще раз проварить и охладить. Приготовить творожную массу, хорошо перемешав творог с фаршем из фиников с добавленными мукой, яйцами и солью. Раскатать творожную массу в виде толстого жгута, а затем разрезать этот жгут поперек. Обвалять нарезанные кусочки в муке и, придав им круглую приплюснутую форму, обжарить на маргарине или растительном масле с обеих сторон.

ТВОРОЖНЫЕ РУЛЕТИКИ

...

Творог – 500 г, мука пшеничная – 2 стакана, яйца – 2 шт., сахар – 1/3 стакана, сода пищевая – 1/2 ч. ложки, пшеничная мука для разделки – 1,1/2 стакана, масло сливочное – 150 г, сахарная пудра – 2 ст. ложки, соль – по вкусу

Творог протереть, добавить муку, яйца, сахар, сметану, соду, соль и все тщательно перемешать. Массу раскатать в пласт толщиной 1 см и нарезать полосками шириной 2 см и длиной 10 см. Полоски обвалять в муке и скатать в виде рулетиков.

Жарить рулетики в большом количестве масла. При подаче на стол посыпать сахарной пудрой.

КОТЛЕТЫ ИЗ ТВОРОГА

...

Творог соленый – 500 г, картофель – 5 шт., мука – 2/3 стакана, яйца – 2 шт., масло растительное – 40 мл, сметана – 50 г

Картофель сварить в «мундире», остудить, очистить и пропустить через мясорубку вместе с творогом. Затем смесь взбить, добавить яйца, муку и все тщательно перемешать. Из полученной массы сформовать котлеты, запанировать их в муке и обжарить на растительном масле. К столу подавать со сметаной.

МУСС МОЛОЧНЫЙ

...

молоко – 200 мл, сахар – 50 г, желатин – 7 г, ванильный сахар – 0,15 г

Желатин предварительно замочить в холодной воде на 30 минут.

Молоко вскипятить, всыпать сахар, положить ванильный порошок, ввести набухший желатин, растворить его, довести до кипения и снять с огня. Смесь охладить до 30 – 35 °С и взбить до образования пышной массы. Вылить в вазочку, охладить и подавать на стол.

ТВОРОГ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ

...

творог – 250 г, картофель – 250 г, яйца – 2 шт., масло сливочное – 20 г, сметана – 25 г, мука пшеничная – 50 г, сухари молотые – 25 г, соль – 2 г

Картофель вымыть, сварить в кожуре, очистить и пропустить через мясорубку. Смешать его с отжатым творогом, яйцами, добавить соль, муку и все хорошо перемешать.

Форму для запекания смазать сливочным маслом, посыпать просеянными сухарями и выложить в нее подготовленную массу. Смазать сверху сметаной и запечь в духовом шкафу.

Подавать на стол в горячем виде со сметаной.

ТВОРОЖНО-МОРКОВНЫЙ ПУДИНГ

...

творог обезжиренный – 350 г, крупа манная – 40 г, яйцо – 1 шт., морковь – 100 г, сахарный песок – 40 г, молоко – 80 мл, масло сливочное – 20 г, сметана – 60 г

Манную крупу замочить в холодной воде и оставить до набухания. Морковь нашинковать и потушить с молоком и маслом 10 – 15 минут, пока она не станет мягкой. Творог размять с сахаром, яйцами и маслом, затем добавить предварительно замоченную манную крупу, вымесить, выложить на смазанный маслом противень и запечь в разогретом духовом шкафу до подрумянивания. Перед подачей к столу полить сметаной.

ВАРЕНИКИ «ЛЕНИВЫЕ»

...

творог – 250 г, мука пшеничная – 45 г, масло сливочное – 20 г, сметана – 60 г, яйцо – 1 шт., сахар – 5 г, соль – 0,5 г

Творог протереть через сито, смешать с яйцом, сахаром, солью, мукой и сливочным маслом. Скатать длинные жгутики, обвалять их в муке и нарезать кусочками. Вскипятить воду, положить в нее вареники и варить до тех пор, пока они не всплывут (примерно 5 минут).

Смазать маслом сковороду и выложить на нее готовые вареники, залить их сметаной и поставить на 5 минут в духовой шкаф. Подавать на стол сразу же.

КРЕМ ТВОРОЖНЫЙ С ИЗЮМОМ

...

творог – 350 г, масло сливочное – 35 г, изюм – 50 г, сахар – 75 г, сахар ванильный – 0,7 г

Мягкий творог протереть через сито. Изюм без косточек хорошо промыть и дважды пропустить через мясорубку. Сливочное масло растереть с сахаром и ванилином до получения однородной массы, соединить с протертым творогом, измельченным изюмом и хорошо перемешать. Выложить в вазочки и подавать на стол.

КРУПЕНИК

...

творог – 160 г, крупа гречневая – 80 г, яйца – 2 шт., масло сливочное для смазки, сметана – 60 г, сахар – 10 г, соль – 1,5 г, сухари молотые – 10 г

Гречневую крупу перебрать и промыть. Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Тщательно перемешать ее с протертым творогом. Сырые яйца растереть с сахаром и сметаной, добавить соль и смешать с творожно-гречневой смесью.

Глубокую сковороду смазать маслом, посыпать сухарями и выложить в нее всю подготовленную массу. Поверхность разровнять, смазать смесью яйца со сметаной и запекать в духовом шкафу в течение 20 – 25 минут.

ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ

...

творог – 200 г, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 15 г, сухари молотые – 25 г, сметана или фруктовый сироп – 30 г, сахар – 15 г, соль – 1 г

Творог протереть через сито. Желток отделить от белка и растереть его с сахаром, солью и 1 чайной ложкой сливочного масла. Перемешать с протертым творогом и добавить просеянные сухари. Взбить белок в пышную пену и осторожно соединить его с творожной массой.

Форму для выпечки смазать маслом, посыпать молотыми сухарями и выложить в нее подготовленную массу. Налить в противень воды, поставить на него форму и поместить в духовой шкаф. Запекать в течение 20 – 25 минут.

Готовый пудинг должен легко отставать от краев формы.

Перед подачей на стол пудинг полить сметаной или фруктовым сиропом

ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ЯБЛОКАМИ

...

творог – 200 г, яблоки – 100 г, масло сливочное – 10 г, яйцо – 1 шт., сухари молотые – 30 г, сироп малиновый или земляничный – 50 мл, сахар – 20 г, соль – 1 г

Сухари просеять. Яблоки вымыть, очистить, натереть на терке. Творог протереть через сито и соединить с просеянными сухарями, яичным желтком и сахаром. Отдельно взбить белок до получения пышной пены, осторожно ввести ее в творожную массу, перемешивая сверху вниз. Полученную массу выложить в форму, смазанную маслом, накрыть крышкой. Варить пудинг на водяной бане в течение 40 – 50 минут.

Готовый пудинг полить малиновым или земляничным сиропом и подавать на стол.

ТОРТ ТВОРОЖНЫЙ

...

творог – 500 г, мука пшеничная – 50 г, сахар – 100 г, яйца – 2 шт., масло сливочное – 50 г, изюм – 25 г, цедра 1 лимона, сок лимонный – 3 мл, яичный желток – для смазывания

Изюм перебрать и тщательно промыть. Творог протереть через сито, смешать с сахаром и мукой, добавить желтки, а затем взбитые в пену белки. Влить растопленное сливочное масло, лимонный сок, добавить лимонную цедру и изюм. Хорошо перемешать всю массу.

Смазать маслом форму, выложить в нее творожную массу, верх разровнять и смазать яичным желтком. Поместить в духовой шкаф и выпекать до готовности.

ЖЕЛЕ МОЛОЧНОЕ С АБРИКОСАМИ

...

молоко – 100 мл, абрикосы консервированные – 4 шт., сахар – 30 г, сахар ванильный – 0,4 г, желатин – 4 г

Желатин замочить в холодной кипяченой воде на 30 минут, затем откинуть на сито.

Молоко вскипятить, всыпать сахар, добавить ванильный сахар.

Разбухший желатин положить в горячее молоко, размешивая, довести до кипения и немного проварить. Снять с огня, остудить.

В вазочку положить консервированные абрикосы и залить их молочной смесью. Поставить желе в холодильник, а когда застынет, подавать на стол.

ЖЕЛЕ МОЛОЧНОЕ С МАЛИНОВЫМ СИРОПОМ

...

молоко – 200 мл, малиновый сироп – 40 мл, вода – 100 мл, желатин – 10 г

Желатин замочить в холодной кипяченой воде на 30 минут, затем откинуть его на сито.

Вскипятить молоко с малиновым сиропом, добавить разбухший желатин и, помешивая, прокипятить. Снять смесь с огня, дать остыть до комнатной температуры. Затем вылить ее в вазочки или чашки и поставить в холодильник.

Готовое желе можно подавать на стол с чашкой холодного кипяченого молока.

ЖЕЛЕ СЛИВОЧНОЕ С КЛУБНИЧНЫМ ВАРЕНЬЕМ

...

сливки – 160 мл, варенье клубничное – 50 г, молоко – 40 мл, желатин – 8 г

Желатин залить кипяченым молоком и растворить на водяной бане. Варенье смешать с холодными сливками и влить в эту смесь растворенный желатин. Тщательно размешать, вылить в вазочки и охладить, чтобы оно застыло.

Если сливочное желе подают к праздничному столу, то его можно вылить в фигурные формочки. После застывания желе формочки опустить на несколько секунд в горячую воду и выложить желе на блюдо. Сверху украсить взбитыми сливками и свежими ягодами клубники.

КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С МАНДАРИНАМИ

...

молоко – 200 мл, сахар – 20 г, крахмал кукурузный – 1 ч. ложка, клюква – 15 г, мандарин – 1 шт.

Мандарин вымыть, теркой снять с него цедру. Вскипятить 150 мл молока, добавить 20 г сахара и мандариновую цедру.

Развести крахмал в 50 мл холодного молока, процедить и влить, размешивая, в горячее молоко. Варить кисель на слабом огне в течение 10 минут, не переставая помешивать.

Горячий кисель вылить в формочки, смоченные водой, и охладить. Выложить на тарелку, полить клюквенным сиропом, вокруг уложить дольки мандарина.

КОКТЕЙЛЬ «КРАСНАЯ ШАПОЧКА»

...

кипяченое охлажденное молоко – 150 мл, клубничный сироп – 100 мл, мороженое пломбир – 50 г, сливки – 50 г, сахар – 50 – 70 г, ягоды клубники и вишни – для украшения

Взбить в миксере молоко, клубничный сироп и мороженое в течение 3 – 4 минут. Разлить по бокалам. Отдельно взбить сливки и положить сверху в каждый бокал. Сверху украсить ягодами клубники и вишни и подавать на стол с кофейными ложечками.

СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ

...

яйца – 2 шт., молоко – 200 мл, масло сливочное – 5 г, сухари ванильные – 25 г, сахар – 10 г, соль – 1 г

Сухари истолочь. Растереть желтки с сахаром и толчеными сухарями. Белки взбить в крепкую пену и осторожно смешать с растертыми желтками. Глубокую сковороду смазать маслом, посыпать сухарями и вылить в нее яичную массу. Запечь суфле в духовом шкафу при небольшой температуре. Можно сделать крестообразный надрез сверху на 2/3 его глубины, чтобы оно лучше выпеклось. Чтобы суфле не пригорело, прикрыть сверху фольгой.

Подавать на стол сразу после выпечки со стаканом холодного молока.

ЯИЧНИЦА ВЗБИТАЯ

...

яйца – 2 шт., масло сливочное – 10 г, вареное мясо или ветчина – 20 г, соль – 1 г, зеленый лук, укроп или петрушка – 3 г

Мясо или ветчину нарезать мелкими кубиками. Яйца взбить. В небольшой кастрюле растопить масло, влить яйца, добавить измельченное мясо, посолить и жарить, непрерывно помешивая, до консистенции густоватой кашицы.

Готовую яичницу выложить на тарелку и посыпать измельченной зеленью укропа, петрушки или мелко нарезанным зеленым луком.

ЯИЧНИЦА МОЛОЧНАЯ СЛАДКАЯ

...

яйцо – 1 шт., молоко – 150 мл, масло сливочное – 3 г, сухари ванильные – 2 шт., сахар – 1,5 г, соль – 0,5 г

Сырое яйцо растереть с сахаром, развести холодным молоком и посолить. Сухари разрезать на кусочки, положить в фарфоровую или эмалированную кружку, залить молочно-яичной смесью и плотно накрыть крышкой. Оставить на 20 минут, чтобы сухари разбухли, а затем сварить яичницу на водяной бане.

Подавать на стол в горячем или холодном виде.

ОМЛЕТ ПАРОВОЙ

...

яйцо – 1 шт., молоко – 50 мл,
масло сливочное – 3 г, зелень укропа
или петрушки рубленая – 1 ч. ложка

Яйцо обмыть, разбить в посуду. Добавить молоко, соль, взбить миксером и вылить в смазанную маслом форму. Форму с омлетом поместить на водяную баню и держать 15 – 20 минут до готовности. Подавать к столу, посыпав рубленой зеленью укропа или петрушки.

ЗЕЛЕНЫЙ ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

...

шпинат или салатный щавель – 500 г, зелень петрушки – 5 г, яйца – 4 шт., грибы мелко нарезанные – 1 стакан, масло сливочное – 1 ст. ложка, соль, перец – по вкусу

Перебрать и промыть шпинат или салатный щавель. Сварить в подсоленной воде, затем отжать и мелко порубить. Взбить яйца. Прибавить шпинат, мелко порубленную зелень петрушки, соль по вкусу и немного черного перца. Смесь слегка размешать и вылить на горячую большую сковороду с растопленным сливочным маслом. Омлет поджарить с двух сторон. Отдельно припустить в масле стакан мелко нарезанных грибов, посолить их по вкусу и посыпать черным перцем. Приготовленный фарш положить на омлет, сложить его вдвое и подать горячим, посыпав мелко нарезанной петрушкой.

ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

...

яйца – 2 шт., консервированный горошек – 3 ст. ложки, масло сливочное – 20 г, соль – на кончике ножа, зелень укропа рубленая – 1 ч. ложка

Горошек припустить с 10 г сливочного масла. Яйца взбить, предварительно посолив их. Добавить горошек во взбитые яйца и сразу же вылить на сковороду с разогретым сливочным маслом. Омлет поджарить и подать, посыпав мелко нарезанным укропом.

ОМЛЕТ С ГРЕНКАМИ И СЫРОМ

...

яйца – 4 шт., белый хлеб без корки – 250 г, масло сливочное – 40 г, сыр натертый – 4 ст. ложки, сливки – 2 ст. ложки

Белый хлеб нарезать кубиками и обжарить в масле, снять со сковороды. Вылить на горячую сковороду слегка взбитые со сливками яйца, положить обжаренные гренки и жарить до готовности. Посыпать сыром и подавать на подогретой тарелке.

ЯИЧНИЦА С ТЫКВОЙ

...

яйца – 2 шт., тыква – 140 г, масло сливочное – 30 г, зелень петрушки и укропа рубленая – 1 ст. ложка, соль – по вкусу

Тыкву вымыть, удалить кожицу и семена, нарезать мелкими кубиками, положить в кастрюлю, добавить масло, соль, прикрыть крышкой и тушить до готовности, после чего протереть миксером. Протертую тыкву переложить на сковороду с маслом, залить взбитыми яйцами и запечь в духовом шкафу.

Подавать на сковороде, посыпав рубленой зеленью.

ЯИЧНИЦА С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ

...

яйца – 2 шт., молоко – 2 ст. ложки, овсяные хлопья – 2 ст. ложки, масло сливочное – 1 ст. ложка, лук зеленый резаный – 1/2 ст. ложки

Яйца взбить с молоком, солью и овсяными хлопьями. Разогреть в сковороде масло и вылить яичную массу. Жарить, постоянно помешивая лопаткой. Яичница должна быть мягкой и состоять из крупных кусков, но не сухой. Разложить ее на тарелке, сверху посыпать зеленым луком.

МОЛОЧНАЯ ТЕЛЯТИНА С КАРТОФЕЛЬНЫМИ ОЛАДЬЯМИ

...

телятина молочная – 250 г, соль – 1/2 ч. ложки, перец черный молотый – по вкусу, картофель – 500 г, яйцо – 1 шт., мука пшеничная – 2 ст. ложки, растительное масло – 30 мл, зелень рубленая – 1 ст. ложка

Для приготовления блюда лучше использовать порубленную на порции корейку молочного теленка. Каждый кусок мяса посыпать солью и перцем, пожарить на раскаленной сковороде до готовности. Картофель потереть на крупной терке. В полученную массу добавить сырое яйцо и соль. Жарить в форме крупных оладий. Телятину уложить на оладьи и посыпать рубленой зеленью.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ СО ЩАВЕЛЕМ

...

картофель – 1 шт., щавель – 8 – 10 листочков, сметана – 1 ст. ложка, вода – 1/2 стакана, раствор соли – 1/2 ч. ложки

Картофель очистить, нарезать крупными кубиками, положить в кастрюлю с кипящей водой и варить. Щавель тщательно перебрать, отделить листья от черешков, после чего промыть несколько раз в холодной воде.

Когда картофель будет готов, добавить щавель и продолжать варку еще 5 минут. Готовые овощи протереть через сито, развести полученное пюре до желаемой густоты горячей водой или мясным бульоном, влить раствор соли и прокипятить.

В тарелку с супом добавить сливки или сметану. Кроме того, в суп можно положить 1/4 или 1/2 мелко нарезанного яйца.

СУП-ПЮРЕ МОРКОВНЫЙ

...

морковь – 1 шт., рис – 1 ст. ложка, масло сливочное – 2 ч. ложки, сахарный сироп – 1 ч. ложка, молоко – 1/2 стакана, вода – 1 стакан

Морковь промыть, очистить и нарезать кусочками, положить в кастрюлю, добавить немного кипятка, масло, сахарный сироп и нагреть до кипения в закрытой посуде. Рис сварить отдельно. После этого морковь и вареный рис протереть, развести горячим молоком.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАБАЧКОВ

...

кабачки – 1/4 шт., молоко – 1/2 стакана, мука пшеничная – 1 ч. ложка, масло сливочное – 2 ч. ложки, раствор соли – 1/2 ч. ложки

Очищенные кабачки нарезать кусочками, сложить в кастрюлю, налить стакан молока, добавить масло сливочное (1/3 нормы) и тушить до готовности. В готовую массу добавить подсушенную муку, все хорошо перемешать, протереть и прокипятить. В готовое блюдо положить оставшееся масло.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С РИСОМ

...

горошек зеленый – 2 ст. ложки, рис – 1 ст. ложка, масло сливочное – 2 ч. ложки, вода – 1 стакан, раствор соли – 1/2 ч. ложки

Промытый рис залить горячей водой, сварить до полного разваривания, соединить с вареным горошком, протереть горячим через сито вместе с жидкостью или пропустить через мясорубку и довести до кипения.

Рис можно варить на мясном бульоне, а вместо свежего горошка взять консервированный. Заправить сливочным маслом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА

...

горошек зеленый – 60 г, бульон – 200 мл, молоко – 20 мл, масло сливочное – 10 г, лук репчатый – 20 г, мука – 10 г, соль – 1 г, зелень петрушки – 3 г

Зеленый горошек вылущить и промыть. Лук очистить, мелко нарезать. Разогреть сливочное масло в кастрюле, обжарить на нем измельченный лук, добавив муку и помешивая. Влить бульон, довести до кипения, положить зеленый горошек и сварить его до готовности, добавив соль.

Вынуть часть горошка, остальной протереть вместе с супом через сито или взбить в миксере. Вылить суп обратно в кастрюлю, положить вынутый горошек и довести до кипения. Влить горячее молоко, размешать и снять с огня.

Готовый суп вылить в тарелку, посыпать измельченной зеленью петрушки и подавать на стол.

СУП-ПЮРЕ С ПОМИДОРАМИ

...

помидор – 1 шт., морковь – 1/2 шт., репа – 1/4 шт., лук репчатый – 1/2 шт., манная крупа – 1 ч. ложка, масло сливочное – 2 ч. ложки, вода и молоко – по 3/4 стакана, раствор соли – 1/2 ч. ложки

Морковь, репу, петрушку, лук мелко нарезать, залить водой и варить 30 минут, добавить протертые сырые помидоры. В кипящий суп засыпать просеянную манную крупу и варить при слабом кипении 7 минут, после чего влить горячее кипяченое молоко, раствор соли и прокипятить.

В готовый суп положить сливочное масло и подавать с гренками.

МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА

...

морковь – 8 шт., масло сливочное – 100 г, крупа манная – 100 г, яйца – 3 шт., творог – 110 г, сахарный песок – 2 ст. ложки, сухари панировочные – 4 ст. ложки, соль – по вкусу

Морковь очистить, нашинковать соломкой, припустить со сливочным маслом на сковородке, всыпать туда же манную крупу, беспрерывно помешивая, чтобы не было комочков, и тушить 10 минут. Выложить в тарелку, охладить, добавить взбитые яйца, творог, сахарный песок, соль. Вилкой хорошо размять массу. Слегка подогретую сковороду смазать маслом, посыпать молотыми сухарями и выложить на нее смесь. Поверхность разровнять, смазать сметаной и запекать в духовом шкафу при температуре 245 ˚С 30 минут. Подавать теплой.

СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ

...

свекла – 1 шт., масло сливочное – 15 г, сахарный песок – 5 г, сметана – 15 г, мука – 10 г, соль – на кончике ножа

Свеклу очистить, помыть и отварить. Готовую свеклу нарезать кубиками, заправить сливочным маслом, добавить чуть-чуть сахарного песка и залить сметанным соусом.

Для соуса муку прокалить на сковороде, добавить сметану, постоянно помешивая, дать закипеть. Свеклу и соус смешать, подсолить и тушить 10 минут на слабом огне.

КАБАЧКИ В СМЕТАНЕ

...

кабачки – 200 г, масло сливочное – 20 г, сметана – 50 г, соль – 1,5 г

Молодые кабачки вымыть, нарезать тонкими кружками, посолить и обжарить на сковороде со сливочным маслом с обеих сторон. Залить сметаной, накрыть крышкой, немного протушить.

Подавать на стол в горячем виде.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ

...

кабачки – 200 г, рис – 20 г, мука пшеничная – 5 г, сметана – 50 г, яйцо – 1/2 шт., масло сливочное – 10 г, зелень укропа – 3 г, соль – 1 г

Кабачок очистить от кожицы, отрезать верхнюю часть, удалить сердцевину с семенами и наполнить кабачок фаршем. Затем положить кабачок в гусятницу, полить сметаной, смешанной с мукой, и поставить тушиться в духовой шкаф до тех пор, пока кабачок не станет мягким.

Можно сначала обжарить кабачок на сливочном масле, а затем тушить в сметане в закрытой посуде на плите. Чтобы кабачок не подгорел, нужно периодически подливать немного воды.

Приготовление фарша: отварить рис, смешать его со взбитым яйцом и измельченной зеленью укропа.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ

...

капуста белокочанная – 200 г, масло сливочное – 10 г, молоко – 50 мл, вода – 50 мл, мука пшеничная – 5 г, соль – 1 г

Капусту вымыть, удалить кочерыжку, мелко нашинковать и тушить, добавив молоко и воду. Когда она станет мягкой, посолить, добавить сливочное масло, смешанное с мукой, и тушить еще в течение 2 – 3 минут на слабом огне, все время помешивая.

БАКЛАЖАНЫ ТУШЕНЫЕ

...

баклажаны – 150 г, помидоры – 50 г, масло сливочное – 12 г, мука пшеничная – 10 г, сметана – 30 г, зелень петрушки или укропа – 3 г, соль – 1 г

Баклажаны вымыть, очистить от кожицы, посолить, дать полежать 30 минут, затем обвалять в муке и обжарить на горячей сковороде с маслом.

Положить обжаренные баклажаны в кастрюлю. Помидоры очистить от кожицы и семян, нарезать ломтиками и добавить к баклажанам. Накрыть кастрюлю крышкой и тушить баклажаны в духовом шкафу в течение 45 минут. За 10 минут до готовности добавить сметану и мелко нарезанную зелень петрушки или укропа.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

...

баклажаны – 1 шт., сыр твердый – 25 г, яйцо – 1/4 шт., масло топленое – 7 г

Баклажаны вымыть, срезать плодоножки, надрезать вдоль и чайной ложкой удалить семена. Затем опустить на 5 минут в кипящую подсоленную воду и откинуть на дуршлаг. Тщательно перемешать мелко нарезанные вареные яйца, тертый сыр и топленое масло. Наполнить этим фаршем баклажаны, положить на противень, смазанный маслом, сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

Фаршированные баклажаны можно подавать с кефиром.

ПАШТЕТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ

...

баклажаны – 1 шт., масло растительное – 20 мл, сок лимонный – 5 мл, соль – 1,5 г

Баклажан вымыть, испечь, снять кожицу и дать стечь соку. Протереть мякоть через сито. В полученную массу влить, помешивая, растительное масло, лимонный сок, посолить и взбить.

Паштет можно использовать для бутербродов.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ

...

капуста белокочанная – 100 г, морковь – 15 г, масло растительное – 10 мл, сок лимонный – 5 мл, зелень укропа или петрушки – 3 г, сахар – 5 г, соль – 1 г

Капусту очистить, листья промыть и тонко нашинковать. Положить в посуду, посолить, добавить лимонный сок и, помешивая, нагревать, пока капуста не осядет. Долго нагревать не следует, капуста не должна быть слишком мягкой. Снять с огня и охладить.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке, смешать с капустой. Перед подачей на стол салат заправить сахаром и растительным маслом. Сверху посыпать измельченной зеленью укропа или петрушки.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ

...

капуста белокочанная – 100 г, яблоки свежие – 20 г, масло растительное – 10 мл, сок лимонный – 5 мл, сахар – 10 г, соль – 1 г, зелень укропа или петрушки – 2 г

Капусту хорошо промыть, тонко нашинковать, положить в посуду, посолить и добавить лимонный сок. Нагревать, помешивая (недолго!), пока капуста не осядет. Снять с огня, охладить.

Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, мелко нарезать и добавить к капусте. Перемешать, заправить сахаром и растительным маслом. Выложить салат в салатницу, посыпать измельченной зеленью укропа или петрушки.

КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ С МАСЛОМ

...

капуста брюссельская – 200 г, бульон мясной или вода – 200 мл, масло сливочное – 10 г, сухари молотые – 10 г, соль – 1 г

Кочанчики брюссельской капусты срезать со стебля, очистить, вымыть в холодной воде и переложить на дуршлаг, чтобы стекла вода.

Опустить капусту в подсоленный кипяток (10 г соли на 1 л воды) и варить в течение 5 минут. Слить воду и залить капусту горячей водой или мясным бульоном, накрыть крышкой и тушить, помешивая, на небольшом огне, пока капуста не станет мягкой. Если жидкость будет выкипать, то, чтобы капуста не подгорела, подливать немного воды или бульона.

К моменту готовности капусты в кастрюле должно быть не более 1 столовой ложки жидкости.

Готовую капусту в горячем виде переложить на подогретую тарелку, полить растопленным сливочным маслом и посыпать просеянными сухарями.

ЗАПЕКАНКА ИЗ КАПУСТЫ

...

капуста белокочанная – 200 г, крупа манная – 20 г, молоко – 50 мл, сметана – 25 г, масло сливочное – 10 г, сухари молотые – 5 г, яйцо – 1/4 шт., соль – 1 г

Капусту вымыть, измельчить, залить молоком, посолить и протушить до мягкости. Затем всыпать манную крупу и продолжать тушить на слабом огне, все время помешивая, еще в течение 10 минут. Сковороду хорошо смазать маслом, посыпать сухарями и выложить в нее капустную массу. Поверхность разровнять и смазать смесью сметаны и сырого яйца.

Запечь в духовом шкафу до образования румяной корочки.

Перед запеканием в капустную массу можно добавить рубленое крутое яйцо.

Подавать на стол в горячем виде, полив сметаной.

КОТЛЕТЫ ИЗ КАПУСТЫ

...

капуста белокочанная – 200 г, лук репчатый – 10 г, масло сливочное – 20 г, молоко – 50 мл, сметана – 30 г (или молочный соус 50 г), яйцо – 1/4 шт., сухари молотые – 15 г, соль – 1 г

Свежую капусту вымыть, очистить и мелко нарезать. Лук измельчить. В кастрюлю положить сливочное масло и протушить в нем лук (следить, чтобы не поджарился). Затем положить капусту, посолить и тушить под крышкой, помешивая и подливая понемногу молоко. Когда капуста станет мягкой, добавить молотые просеянные сухари, взбитое яйцо и хорошо перемешать.

Из приготовленной капустной массы сделать котлеты, обвалять в сухарях и обжарить на масле с обеих сторон до образования румяной корочки. Затем поставить их в сковороде в духовой шкаф на 3 – 5 минут.

Готовые котлеты подавать на стол, полив сметаной.

ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

...

картофель – 200 г, масло сливочное – 10 г, сметана – 40 г, яйцо – 1 шт., сухари молотые – 5 г, соль – 1 г

Картофель вымыть щеткой, сварить в «мундире», очистить и горячим протереть через сито. Растопить сливочное масло, взбить яйцо (3/4 шт.). Картофельную массу посолить и хорошо размешать с растопленным маслом и взбитым яйцом.

Сковороду смазать маслом и посыпать сухарями. Выложить в нее картофельную массу. Смешать 10 г сметаны с яйцом (1/4) и смазать этой смесью картофель. Запекать в духовом шкафу в течение 15 минут.

На стол готовую запеканку подавать со сметаной.

КАРТОФЕЛЬ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ

...

картофель – 250 г, масло сливочное – 10 г, мука пшеничная – 3 г, молоко – 150 мл, зелень петрушки и укропа – 3 г, соль – 0,5 г

Картофель вымыть щеткой и сварить в подсоленной воде в «мундире». Вареный картофель очистить от кожуры, нарезать кубиками толщиной 2 см, положить в кастрюлю, залить горячим молоком, посолить и довести до кипения. Муку растереть со сливочным маслом и класть эту смесь небольшими кусочками в кастрюлю с картофелем, осторожно помешивая. Опять довести до кипения и снять с огня.

При подаче на стол блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа.

КАРТОФЕЛЬ В СМЕТАННОМ СОУСЕ

...

картофель – 250 г, сметана жирностью 15% – 50 г, чеснок – 1 зубчик, зелень петрушки или укропа – 3 г, соль – 1 г

Сварить в подсоленной воде картофель в «мундире». Очистить его от кожуры, нарезать кубиками и сложить в кастрюлю. Полить сметаной с измельченным чесноком и перемешать. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки.

КЛЕЦКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

...

картофель – 200 г, масло сливочное – 10 г, молоко – 30 мл, сметана – 25 г, яйцо – 1/4 шт., сухари молотые – 25 г, соль – 1 г

Картофель вымыть щеткой и сварить в «мундире» на пару или испечь в духовом шкафу. Затем разрезать картофелины пополам, вынуть ложкой мякоть и протереть ее в горячем виде через сито или пропустить через мясорубку. Добавить яичный желток, горячее молоко, соль, просеянные сухари, растопленное сливочное масло и взбитый в пену белок. После каждого ингредиента хорошо вымешивать массу.

Вскипятить воду, посолить и варить клецки, отделяя их чайной ложкой, на слабом огне в течение 5 – 6 минут. Всплывшие клецки вынуть шумовкой, переложить в посуду с растопленным сливочным маслом.

На стол подавать в горячем виде, полив сметаной.

КАРТОФЕЛЬ ФАРШИРОВАННЫЙ

...

картофель – 200 – 250 г, сметана – 50 г, сухари молотые – 5 г, соль – 1 г

Для фарша:

масло сливочное – 10 г, яйцо (желток) – 1/2 шт., молоко (или бульон) – 40 мл, зелень петрушки или укропа – 5 г

Два клубня картофеля средней величины вымыть, очистить и запечь в духовом шкафу. Затем срезать верхнюю часть клубней и вынуть чайной ложкой мякоть из середины.

Наполнить картофельные клубни фаршем, уложить на смазанную маслом сковороду, полить сметаной, посыпать сухарями и запечь в духовом шкафу.

Приготовление фарша: 2/3 вынутой из картофеля мякоти протереть через сито, добавить сырой желток, масло, мелко нарезанную зелень укропа или петрушки и посолить. Всю массу хорошо растереть деревянным пестиком, прибавляя постепенно горячее молоко или мясной бульон.

В фарш можно добавить вареную телятину, мясо курицы, индейки, нежирную вареную ветчину, нарезанную мелкими кубиками, зеленый горошек.

СВЕЖИЙ МОРКОВНЫЙ СОК

...

морковь – 4 шт., сок ягодный – 1/2 стакана

Морковь тщательно вымыть щеткой, очистить и натереть на мелкой терке или пропустить через соковыжималку. Натертую на терке морковь отжать через чистую марлю.

Полученный сок можно разбавить любым ягодным соком – смородиновым, брусничным, земляничным, клюквенным. Чтобы каротин лучше усвоился, ребенку нужно дать вместе с соком ломтик хлеба с маслом.

ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ

...

морковь – 200 г, масло сливочное – 15 г, яйцо – 1/4 шт., вода – 50 мл, сметана – 100 г, сухари молотые – 5 г, сахар – 1,5 г, соль – 1 г

Морковь хорошо вымыть, очистить, натереть на терке. Добавить воду, 5 г сливочного масла и сахар и тушить до мягкости на небольшом огне.

В тушеную морковь добавить сметану, желток, затем взбитый в пену белок и все хорошо перемешать.

Смазать маслом посуду, посыпать молотыми сухарями, выложить в нее морковную массу и положить сверху кусочки сливочного масла. Запечь в духовом шкафу.

МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С ИЗЮМОМ И ЧЕРНОСЛИВОМ

...

морковь – 100 г, чернослив – 30 г, изюм – 15 г, молоко – 30 мл, масло сливочное – 15 г, мед – 30 г

Чернослив тщательно промыть, замочить в воде на 2 часа. Изюм перебрать и промыть. Морковь вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками, положить в посуду. Залить молоком, добавить масло и тушить под крышкой до полуготовности. Затем положить изюм, нарезанный кусочками чернослив, добавить мед и тушить до полной готовности.

ДРАНИКИ

...

картофель – 500 г, сок лимонный – 1 ст. ложка, корень пастернака – 500 г, мука – 50 г, яйца – 2 шт., чеснок – 3 зубчика, соль – 1/2 ч. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, перец – по вкусу

Картофель почистить, натереть на крупной терке, добавить лимонный сок и хорошо перемешать. Картофель тщательно отжать. Пастернак помыть, почистить и натереть на крупной терке. Перемешать с картофелем. Добавить муку, слегка взбитые яйца, измельченный чеснок, соль и перец. Перемешать.

Выложить ложкой на сковороду с заранее разогретым растительным маслом и обжаривать по 1,5 минуты с каждой стороны, до появления румяной корочки.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ

...

огурцы – 100 г, сметана – 20 г, яйцо (желток) – 1/4 шт., зелень укропа – 2 г, соль – 0,5 г

Свежий огурец вымыть. Если у него грубая кожица, то очистить. Нарезать тонкими кружочками, посолить, перемешать и заправить сметаной, растертой с яичным желтком.

Салат посыпать измельченной зеленью укропа и подавать на стол.

САЛАТ ОГУРЕЧНЫЙ С ЛАТУКОМ

...

огурцы – 100 г, латук – 50 г, лук зеленый – 25 г, сметана – 30 г, сахар – 1,5 г, соль – 1 г

Огурец, листья салата-латука и зеленый лук хорошо вымыть. Огурец нарезать кружочками, листья салата разрезать на 3 – 4 части, лук измельчить, перемешать все овощи, посолить, добавить сахар, заправить сметаной.

КАША С РЕВЕНЕМ

...

крупа (пшено, рис, овсянка) – 50 г, вода – 150 мл, соль – 1 г, ревень – 30 г, сахар – 30 г (или натуральный мед – 25 г)

Сварить кашу из пшена, риса или овсянки. Черешки ревеня очистить, нарезать маленькими кусочками и сварить с сахаром или медом. Смешать их вместе с кашей и взбивать до тех пор, пока каша не станет воздушной.

КИСЕЛЬ ИЗ РЕВЕНЯ

...

ревень – 40 г, вода – 200 мл, сахар – 20 г, крахмал картофельный – 10 г, цедра 1 дольки лимона

Черешки ревеня очистить, нарезать на куски длиной 2 – 3 см, опустить в кипящую воду, добавить натертую лимонную цедру и варить. Как только ревень станет мягким, отвар слить в отдельную посуду, а ревень протереть через сито. В 50 мл остывшего отвара развести крахмал. Затем соединить пюре из ревеня с оставшимся отваром, добавить сахар и довести до кипения. Влить, размешивая, разведенный крахмал, опять довести до кипения, снять с огня и охладить.

ПЮРЕ ИЗ РЕВЕНЯ

...

ревень – 100 г, сахарный сироп – 70 мл

Черешки ревеня вымыть, очистить от кожицы и мелко нарезать. Смешать их с сахарным сиропом и тушить в открытой посуде на слабом огне, время от времени помешивая деревянной ложкой, чтобы ревень не пригорел.

Готовый ревень протереть через сито.

Пюре из ревеня можно подавать с кашей, использовать как начинку для пирожков и блинчиков, намазывать на хлеб.

СУФЛЕ ИЗ РЕВЕНЯ

...

ревень – 70 г, сахар – 40 г, яйца (белки) – 3 шт., молоко – 150 мл, масло сливочное – 2 г

Стебли ревеня промыть, очистить, испечь в духовом шкафу и протереть через сито. Полученное пюре смешать с сахаром и проварить до густоты сиропной массы. Белки взбить в пышную пену и, осторожно размешивая, ввести в горячее пюре. Выложить подготовленную массу на сковороду, смазанную маслом и запечь в духовом шкафу до образования золотистой корочки.

Готовое суфле подавать на стол, посыпав сахарной пудрой. Отдельно подать стакан холодного кипяченого молока.

РЕПА, ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ И ИЗЮМОМ

...

репа – 100 г, яблоки – 100 г,
масло сливочное – 10 г, изюм – 20 г,
сахар – 10 г

Репу вымыть, очистить, мелко нарезать, положить в посуду и тушить в сливочном масле до полуготовности. Изюм перебрать и тщательно промыть. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать ломтиками и положить к репе. Добавить изюм, сахар и тушить до готовности.

САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ

...

салат-латук – 50 г, яйцо – 1/4 шт., сметана – 20 г, зелень укропа – 2 г, сахар – 2 г, соль – 0,5 г

Листья салата перебрать, промыть несколько раз в холодной воде, облить охлажденной кипяченой водой и откинуть на дуршлаг. Сварить яйцо вкрутую. Желток отделить от белка.

Крупные листья салата разрезать на несколько частей. Сметану смешать с мелко порубленным желтком, сахаром и солью и заправить ею салат. Сверху посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и яичным белком.

КОТЛЕТЫ СВЕКОЛЬНЫЕ

...

свекла – 200 г, крупа манная – 20 г, масло сливочное – 15 г, сметана – 30 г, сухари молотые – 12 г, соль – 0,5 г

Свеклу хорошо вымыть и сварить в кожуре, очистить, пропустить через мясорубку. Сливочное масло растопить в кастрюле, положить измельченную свеклу, посолить и довести до кипения. Затем всыпать манную крупу и тушить, помешивая, до загустения. Снять с огня.

Когда свекольная масса немного остынет, разделать ее на котлеты, обвалять их в сухарях и обжарить с обеих сторон на сливочном масле.

Подавать на стол в горячем виде, полив сметаной.

ПЮРЕ СВЕКОЛЬНОЕ С ЯБЛОКАМИ

...

свекла – 200 г, яблоки – 100 г, масло сливочное – 15 г, молоко – 20 мл, яйцо – 1/4 шт., хлеб белый – 30 г, сахар – 20 г, соль – 0,5 г

Свеклу тщательно вымыть щеткой и сварить в кожуре до мягкости. Затем очистить от кожицы и пропустить через мясорубку или натереть на терке.

Яблоко вымыть, очистить от кожуры, разрезать на 4 части, удалить сердцевину и нарезать мелкими кубиками. Затем обжарить их, помешивая, в сливочном масле, пока они не станут мягкими. Добавить измельченную свеклу, соль, сахар, все размешать и потушить.

Готовое пюре полить сметаной и подавать в горячем виде с гренками.

СВЕКЛА В СМЕТАНЕ

...

свекла – 150 г, сметана – 30 г,
мука пшеничная – 3 г, соль – 0,5 г

Свеклу тщательно вымыть, сварить, не очищая кожуры. Затем очистить, нарезать кубиками со стороной 1 см и уложить в кастрюлю. Сметану смешать с мукой и солью и залить ею свеклу. Поставить кастрюлю на небольшой огонь, довести до кипения и, помешивая, немного проварить.

ПУДИНГ ТЫКВЕННЫЙ С ЯБЛОКАМИ

...

тыква – 200 г, яблоки (кислых сортов) – 200 г, молоко – 100 мл, крупа манная – 40 г, сахар – 40 г, яйца – 2 шт., масло сливочное – 40 г, изюм – 25 г, орехи грецкие – 4 шт., цедра 1/2 лимона

Тыкву вымыть, очистить от кожуры и семян, мелко нарезать, положить в посуду, залить молоком так, чтобы оно покрыло тыкву наполовину, и тушить до полуготовности на слабом огне. Яблоки вымыть, очистить от кожуры, вынуть сердцевину, нарезать и добавить к тыкве. Тушить до готовности.

Манную крупу просеять, залить в отдельной посуде небольшим количеством холодного молока (за 20 минут до того, как она будет добавлена к тыкве). Изюм перебрать и тщательно промыть. Орехи очистить и измельчить. Желтки растереть с сахаром, белки взбить в пышную пену.

В готовую тыкву положить сахар, слегка остудить и, помешивая, добавить набухшую в молоке манную крупу. Затем добавить изюм, растопленное масло, измельченные орехи, цедру одного лимона, растертые желтки и, осторожно размешивая сверху вниз, – взбитые белки. Все осторожно перемешать и выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Запекать в духовом шкафу при умеренной температуре в течение 30 минут.

Готовый пудинг вынуть из формы. На стол подавать в охлажденном виде, украсив свежими ягодами клубники.

ТЫКВА ПОД МОЛОЧНО-СЛИВОЧНЫМ СОУСОМ

...

тыква – 200 г, молоко – 200 мл, сливки – 70 мл, мука пшеничная – 20 г, масло сливочное – 10 г, сахар – 10 г, соль – 1 г, зелень укропа и петрушки – 5 г

Тыкву очистить от кожуры и семян. Нарезать ломтиками, залить кипящим молоком, немного посолить и, накрыв крышкой, варить на слабом огне в течение 15 – 20 минут.

Сваренную тыкву процедить, переложить в горячее глубокое блюдо, накрыть крышкой и поставить на плиту над кастрюлей с кипятком, чтобы не остыла.

САЛАТ ИЗ ШПИНАТА С ТВОРОГОМ

...

шпинат – 10 г, салат – 10 г, творог – 100 г, сметана – 20 г, сахар – 5 г, соль – 0,5 г

Молодой шпинат и салат перебрать, промыть несколько раз холодной водой (последний раз – кипяченой), откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода. Затем мелко нарезать.

Творог посолить, посыпать сахаром, перемешать и пропустить через мясорубку.

Творожную массу перемешать с измельченной зеленью и выложить горкой на тарелку. Посередине сделать углубление и положить в него сметану. Края блюда украсить листиками салата.

КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ

...

картофель – 500 г, молоко – 250 мл, масло сливочное – 20 г, рубленая зелень – 1 ст. ложка, соль – по вкусу

Очищенный картофель нарезать крупными кубиками, залить горячей водой и проварить 10 – 12 минут, после чего воду слить, а картофель залить горячим молоком, посолить и варить в закрытой посуде.

При подаче к столу картофель заправить сливочным маслом и посыпать зеленью.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ЗАПЕЧЕННАЯ

...

цветная капуста – 500 г, масло сливочное – 20 г, мука – 1 ст. ложка, перец душистый молотый – на кончике ножа, молоко – 1/2 стакана, яйца – 2 шт., соль – 1/2 ч. ложки

Цветную капусту отварить в соленой воде, чтобы она была мягкой. Откинуть на дуршлаг и измельчить в блендере.

Сливочное масло растопить в кастрюле, слегка обжарить в нем муку, положить соль и перец. Хорошо размешать. Тоненькой струйкой влить молоко, размешивая, пока не закипит. Кипятить на медленном огне 5 минут.

Яйца слегка взбить и вылить тоненькой струйкой в кастрюлю, непрерывно размешивая, чтобы не допустить свертывания. Положить в кастрюлю протертую цветную капусту и посолить по вкусу.

Смазать маслом глубокую сковороду, выложить в нее из кастрюли цветную капусту и поставить в предварительно хорошо нагретый (до 190 ˚С) духовой шкаф на 45 минут или держать там до тех пор, пока пюре сверху не зарумянится.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, ЖАРЕННАЯ С СУХАРЯМИ

...

цветная капуста – 500 г, масло растительное – 75 мл, сухари молотые – 2 ст. ложки, соль – по вкусу

Цветную капусту отварить, разобрать на небольшие соцветия и обжарить на сковороде с маслом. Перед подачей на стол капусту обсыпать поджаренными в масле сухарями и, встряхивая, перемешать.

КАБАЧКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ

...

кабачки – 1 кг, сыр – 150 г, молоко – 1 стакан, яйца – 2 шт., масло сливочное – 50 г, зелень укропа – 30 г, соль – по вкусу

Очищенные и нарезанные кружочками кабачки отварить в подсоленной воде с пучком укропа. Затем откинуть кабачки на дуршлаг. После того как вода стечет, половину их уложить на смазанный маслом противень и посыпать тертым сыром, оставшиеся кабачки уложить сверху и залить смесью молока и взбитых яиц, положить кусочки сливочного масла и запечь в духовом шкафу.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ СБОРНОЙ НАЧИНКОЙ

...

перец сладкий – 1 кг, лук репчатый – 2 шт., морковь – 2 шт., корень сельдерея – 2 шт., масло растительное – 4 ст. ложки, картофель – 2 шт., помидоры – 2 шт., брынза тертая – 5 ст. ложек, чеснок – 4 зубчика, молоко – 1 стакан, черный молотый перец – 1/4 ложки, соль – 1 ч. ложка

Очистить и нарезать мелкими кубиками лук, морковь, корень сельдерея, посолить и тушить с растительным маслом и таким же количеством воды. Довести до полуготовности, добавить мелко нарезанные картофель и помидоры. Размешать фарш, довести до кипения и снять с огня. Добавить брынзу, измельченный чеснок и зелень петрушки.

При необходимости фарш посолить, а затем наполнить им перцы. Фаршированный перец выложить на противень, предварительно долив в него немного воды и положив измельченные на терке помидоры.

Перец сбрызнуть растительным маслом и запечь в духовом шкафу.

Готовый перец заправить яйцами, взбитыми со свежим или кислым молоком и солью, и снова поставить в сильно нагретый духовой шкаф на 35 минут.

КАБАЧКИ С ЧЕСНОКОМ

...

кабачки – 1 кг, пшеничная мука – 2 ст. ложки, растительное масло – 1/2 стакана, свежие помидоры – 4 шт., чеснок – 8 зубчиков, зеленый лук нарезанный – 3 ст., ложки, зелень петрушки и укропа – 2 ст. ложки, соль – 1/2 ч. ложки

Кабачки промыть, очистить от кожицы, нарезать кружочками, посолить, запанировать в муке и обжарить с обеих сторон на растительном масле. Затем уложить слоями вперемежку с мелко нарубленными зеленью и чесноком, сверху посыпать чесноком, полить растительным маслом, уложить жареные помидоры и посыпать зеленью.

КАБАЧКИ ТУШЕНЫЕ

...

кабачки – 1 кг, масло растительное – 1/2 стакана, лук репчатый – 3 шт., помидоры – 4 шт., соль – 1/3 ч. ложки, зелень петрушки – 4 – 5 веточек

Очищенные кабачки нарезать ломтиками толщиной 1 – 1,5 см и обжарить в масле с обеих сторон. Мелко нарезанный лук обжарить до золотистого цвета и тушить с очищенными от кожицы помидорами, затем смешать с кабачками, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, посолить и довести блюдо до готовности в разогретом духовом шкафу.

ПОЧАТКИ КУКУРУЗЫ С ЧЕСНОЧНЫМ МАСЛОМ

...

кукурузные початки – 4 шт., чеснок – 6 – 8 зубчиков, масло сливочное комнатной температуры – 100 г, свежемолотый перец – на кончике ножа

Початки очистить от листьев и волокон, вымыть под краном. Слишком жесткое начало початка и светлый конец отрезать острым ножом. Варить в достаточном количестве соленой воды около 1 часа.

Кукуруза готова, если зерно можно выковырять вилкой. Чеснок почистить, раздавить в прессе и тщательно вымешать с маслом, солью и перцем. Кукурузу обсушить полотенцем и подать вместе с чесночным маслом.

ГРИБЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ

...

грибы свежие – 80 г (или сушеные – 25 г), картофель – 90 г, лук репчатый – 20 г, масло сливочное – 10 г, сыр твердый – 3 г, сухари молотые – 3 г, соус сметанный или томатный – 50 г, соль – 1 г

Свежие грибы очистить, промыть и мелко нарезать. Если грибы сушеные, то нужно промыть и замочить их в холодной воде на 3 – 4 часа, затем сварить в этой же воде и мелко нарезать.

Картофель вымыть, очистить и отварить.

Нарезанные грибы обжарить в сливочном масле.

Лук мелко нашинковать, слегка обжарить, добавить в сковороду с грибами, заправить частью сметанного или томатного соуса и посолить.

Выложить в порционную сковороду, по краям отварной картофель, а в середину – подготовленные грибы. Разровнять поверхность, залить соусом, посыпать тертым сыром, смешанным с молотыми сухарями, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовом шкафу.

Готовое блюдо на стол подавать в сковороде.

СОУС ГРИБНОЙ

...

грибы белые сушеные – 10 г (или грибы белые свежие или шампиньоны – 100 г), лук репчатый – 30 г, томатное пюре – 20 г (или свежие помидоры – 100 г), мука пшеничная – 3 г, масло топленое или подсолнечное – 10 г, вода – 100 мл, соль – 0,5 г

Сушеные белые грибы тщательно промыть, замочить в холодной воде на 3 – 4 часа, а затем сварить в той же воде в закрытой посуде. Готовые грибы вынуть из отвара и мелко нарезать.

Лук очистить, измельчить и обжарить в масле. Добавить томатное пюре и измельченные грибы и тушить в течение 10 минут на слабом огне. Затем влить горячий грибной отвар и довести до кипения. Муку смешать с маслом, добавить к соусу, размешать и варить на слабом огне в течение 10 – 12 минут. Посолить. В готовый соус можно добавить 1 столовую ложку сметаны.

Если соус готовится из свежих грибов, то их нужно очистить, вымыть и мелко нарезать. Измельчить репчатый лук, слегка обжарить его на сковороде с маслом и добавить нарезанные грибы. Жарить до готовности, все время помешивая. Затем посолить, добавить томатную пасту или мелко нарезанные свежие помидоры, довести до кипения и потушить.

Положить муку, смешанную с маслом, размешать и вновь потушить. В конце приготовления посолить. В готовый соус из свежих грибов также можно добавить 1 столовую ложку сметаны.

Грибной соус подают к картофельным и рисовым котлетам, вареному и жареному мясу, рыбному филе.

ЩИ С ГРИБАМИ

...

грибы белые сушеные – 5 г, капуста белокочанная – 100 г, репа – 10 г, морковь – 20 г, лук репчатый – 5 г, масло сливочное – 10 г, сметана – 10 г, вода – 500 мл, соль – 1 г, зеленый лук и укроп – 3 г

Белые сушеные грибы тщательно промыть и залить тремя стаканами холодной воды за 2 – 3 часа до варки. Затем варить грибы в этой же воде на слабом огне в течение 1 часа.

Готовые грибы вынуть, тонко нарезать лапшой. Бульон процедить через два слоя марли и положить в него нарезанные грибы. Лук, морковь и репу вымыть и очистить. Лук измельчить и тушить со сливочным маслом до мягкости. Морковь и репу нашинковать соломкой и добавить к луку. Влить 2 столовые ложки воды и тушить овощи в закрытой посуде в течение 15 минут. Свежую капусту вымыть, нарезать мелкими кубиками.

Бульон с грибами довести до кипения, положить в него тушеные овощи и нарезанную капусту, посолить и варить щи до готовности капусты.

При подаче на стол в тарелку со щами положить сметану и мелко нарезанные зеленый лук и укроп.

ГРИБНОЙ СУП СО СЛИВКАМИ

...

грибы – 1 кг, бульон грибной или куриный – 2 л, лук репчатый – 150 г, лавровый лист – 3 шт., масло сливочное – 100 г, мука – 50 г, сливки жирностью 20% – 3 стакана, тимьян сушеный – на кончике ножа, паприка молотая – 1/2 ч. ложки, зелень укропа рубленая – 1 ст. ложка, сметана – 30 г

Грибы и лук порезать. Смешать 50 г растопленного масла и муку для приготовления подливки. Обжаривать, пока не исчезнут комочки. Оставшееся масло растопить в кастрюле, добавить лук и поджарить до золотистого цвета. Положить грибы и жарить, пока они не пустят сок. Добавить тимьян, лавровый лист и паприку, влить подогретый бульон и варить на медленном огне 30 минут. Пропустить через мясорубку или размельчить в блендере и снова поместить в кастрюлю. Добавить подливку и хорошо размешать.

Влить сливки и варить на медленном огне еще 30 минут. Перед подачей добавить в каждую тарелку ложку сметаны и щепотку порубленного укропа.

СУП ГРИБНОЙ С УШКАМИ

...

сушеные белые грибы – 50 г, лук репчатый – 2 шт., морковь – 1 шт., мука пшеничная – 3 стакана, яйцо – 1 шт., вода – 1 стакан, масло сливочное – 100 г, соль и перец – по вкусу

Сварить грибы до мягкости. Бульон процедить через полотняную тряпочку, положенную на дуршлаг. Грибы промыть в проточной воде. Луковицу и морковь мелко порезать, положить в маленькую кастрюльку, добавить 50 г масла, влить стакан воды, закрыть крышкой. Тушить на слабом огне до тех пор, пока жидкость не выпарится и морковь не станет мягкой.

Положить готовые коренья в бульон, посолить и прокипятить его. Вторую луковицу мелко порубить и обжарить на оставшемся масле до светло-желтого цвета, туда же положить мелко порубленные грибы, хорошо поперчить, посолить и обжарить вместе с луком. Подлить немного бульона, чтобы фарш был сочным.

Приготовить пресное тесто из яйца, муки и воды, хорошо его вымесить, тонко раскатать, порезать ножом на квадратики. Положить на каждый квадратик немного грибного фарша, соединить два противоположных угла теста и защипнуть края (должна получиться форма ушек).

За 15 минут до подачи супа опустить ушки в горячий бульон и сварить. Готовые ушки всплывут наверх. Этот суп можно подавать со сметаной.

СУП-ЛАПША ГРИБНАЯ

...

сушеные белые грибы – 30 г (или свежие белые грибы или шампиньоны – 250 г), лапша домашняя или вермишель – 150 г, лук репчатый – 2 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., масло растительное или топленое – 40 г, бульон или вода – 2 л

Лук нарезать кубиками, морковь и корень петрушки натереть на терке. Овощи пассеровать на масле.

В кипящий бульон или воду положить подготовленные грибы. Через 10 – 15 минут добавить пассерованные овощи, затем лапшу или вермишель и варить до готовности. Суп подавать со сметаной.

СУП ПЕРЛОВЫЙ С ГРИБАМИ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

...

сушеные белые грибы – 50 г, крупа перловая – 3 ст. ложки, картофель – 3 – 4 шт., морковь – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, вода – 1/2 л, лавровый лист – 1 шт., перец душистый горошком – 3 шт., соль – 1/2 ч. ложки

Грибы отварить со специями, бульон процедить. В кипящий бульон засыпать крупу, а через 10 – 15 минут положить порезанный картофель и варить до готовности крупы. Морковь и петрушку пассеровать с мукой на растительном масле, добавить 3 – 4 ст. ложки бульона и порезанные грибы. Пассерованную заготовку вылить в кипящий суп и варить еще 5 минут.

СУП КУРИНЫЙ С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ

...

курица – 100 г, лапша домашняя – 1,1/2 ст. ложки, морковь – 1/4 шт., лук репчатый – 1/2 шт., бульон – 1/2 стакана, петрушка, укроп – щепотка, раствор соли – 1/2 ч. ложки

В кипящий куриный бульон добавить домашнюю лапшу, сырую морковь, натертую на мелкой терке, и прокипятить в течение 15 минут. Перед подачей положить в тарелку с бульоном зелень, промытую в кипяченой воде, а затем нарезанную.

БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И МОРКОВЬЮ

...

курица – 100 г, вермишель – 15 г,
морковь – 25 г, лук репчатый – 5 г,
репа – 10 г, масло сливочное – 5 г,
соль – 1 г, вода – 500 мл

Сварить куриный бульон. Вермишель перебрать, вскипятить 200 мл воды. В подсоленную кипящую воду опустить вермишель, сварить ее до готовности и откинуть на дуршлаг.

Овощи вымыть и очистить. Морковь нарезать тонкой соломкой, лук измельчить, репу натереть на терке, и все овощи тушить в сливочном масле в закрытой посуде до мягкости.

В горячий куриный бульон положить вареную вермишель, тушеные овощи, довести до кипения и проварить 2 – 3 минуты.

СУП ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ

...

свежий зеленый горошек – 400 г, листья салата – 250 г, лук-порей (белая часть стеблей) – 3 шт., бульон куриный – 4 стакана, сахар – 1 ч. ложка, соль – 15 г, перец душистый свежемолотый – 1/2 ч. ложки, кервель – 1/8 ч. ложки, масло сливочное – 75 г

Положить в кастрюлю весь зеленый горошек, за исключением 1/4 стакана, мелко нарезанные листья салата, лук-порей, сахар, соль, перец и кервель. Залить куриным бульоном и поставить на огонь. После того как суп закипит, убавить огонь и дать супу прокипеть 30 минут на слабом огне. Слить бульон, протереть горошек на сите и смешать его опять с бульоном, добавив сливочное масло. Прокипятить суп на слабом огне еще 10 минут, посолить по вкусу и подавать к столу, предварительно положив в него оставшийся зеленый горошек.

РАГУ ИЗ КУРИЦЫ

...

курица – 400 г, картофель – 400 г, репа – 80 г, морковь – 80 г, корень петрушки – 40 г, лук репчатый – 100 г, томат-пюре – 50 г, масло растительное – 2 ст. ложки, бульон куриный – 200 мл, мука – 10 г, специи – по вкусу, зелень рубленая – 1 ст. ложка

Курицу разрубить на небольшие куски (по 2 – 3 на порцию), посыпать солью, обжарить в сотейнике с растительным маслом со всех сторон, залить бульоном, прибавить томат-пюре и тушить в закрытой посуде 40 – 60 минут, в зависимости от возраста птицы. Картофель нарезать дольками или кубиками и обжарить. Морковь, репу, петрушку и лук также нарезать дольками и также слегка обжарить с маслом.

Куски птицы после тушения переложить в другой сотейник. В бульон прибавить мучную пассеровку и проварить несколько минут. В сотейник с курицей положить обжаренные овощи, букет с пряностями, потом поверх картофель и все залить процеженным соусом, накрыть посуду крышкой, довести до кипения на плите, затем поставить в духовой шкаф на 25 – 30 минут. Когда рагу будет готово, удалить пряности.

Так же можно приготовить рагу из гуся или утки.

При подаче в глубокое блюдо или на тарелку положить порцию тушеной птицы, покрыть ее гарниром вместе с соусом и посыпать зеленью.

ПУДИНГ КУРИНЫЙ

...

куриное филе – 100 г, яйцо – 1 шт., хлеб пшеничный – 10 г, масло сливочное – 5 г, молоко – 50 мл, соль – 0,5 г

Куриное филе промыть, отделить от кости. Хлеб замочить в 1 столовой ложке молока. Куриное филе пропустить два раза через мясорубку (второй раз – с размоченным хлебом). Измельченное мясо смешать с остальным молоком, добавить яичный желток и взбитый в крепкую пену белок, посолить, хорошо размешать и выложить в смазанную маслом форму. Форму накрыть крышкой и варить пудинг на водяной бане в течение 1 часа.

Готовый пудинг из курицы можно подавать на стол с картофельным или овощным пюре.

КУРИНОЕ ФИЛЕ ПРИПУЩЕННОЕ

...

куриное филе – 100 г, шампиньоны – 25 г, хлеб пшеничный – 30 г, масло сливочное – 10 г, бульон – 15 мл, соль – щепотка

Куриное филе положить в смазанный маслом сотейник (можно полить филе несколькими каплями лимонного сока), налить немного бульона (10 – 15 мл), посолить, добавить шампиньоны, нарезанные ломтиками, накрыть посуду крышкой и припускать 15 – 20 минут на слабом огне.

На ломтик поджаренного хлеба, уложенного на блюдо или тарелку, положить филе, а на него шампиньоны и все залить бульоном, в котором припускалось филе. На гарнир подать рассыпчатый рис, стручки фасоли или лапшу домашнюю, заправленную маслом.

ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ

...

курица – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, морковь – 2 шт., томат-пюре – 1 ст. ложка, рис – 400 г, бульон – 800 мл, соль – 1 ч. ложка, перец молотый – по вкусу

Сырую курицу разрубить на небольшие кусочки и обжарить в сотейнике с растительным маслом, после чего залить горячим бульоном или водой так, чтобы жидкость доходила до уровня мяса. Тушить в закрытой посуде от 20 до 40 минут, после чего переложить в другой сотейник. Оставшийся после тушения бульон процедить для удаления мелких костей и их осколков.

В сотейник с птицей положить морковь, нарезанную кубиками, и мелко нарезанный лук, предварительно спассерованный вместе с томатом-пюре, налить бульон (количество бульона должно соответствовать взятому количеству риса, примерно бульона должно быть в два с половиной раза больше, чем риса), дать вскипеть и по вкусу заправить солью, после чего засыпать промытый рис, накрыть посуду крышкой и варить на слабом огне, пока рис полностью не набухнет. Поставить плов в духовой шкаф, нагретый до 160 – 180 °С, на 25 – 40 минут. Мешать плов во время варки не рекомендуется.

ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ

...

куриное филе – 1 шт., яйцо – 1 шт., хлеб пшеничный – 30 г, масло сливочное – 50 г, соль – 1/2 ч. ложки, перец – по вкусу

Зачищенное от пленок и сухожилий большое куриное филе без косточек распластать в продольном направлении, положить на него маленькое филе, слегка отбить тяпкой, посыпать солью и перцем и запанировать во взбитом яйце и свежепротертом или нарезанном кубиками хлебе или в сухарях.

Шницель жарить с маслом на сковородке непосредственно перед подачей. Подать шницель на блюде или на тарелке. Гарнировать зеленым горошком и жареным картофелем (соломкой), полить маслом и украсить веточкой зелени.

КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С ГРЕЧКОЙ

...

грудка куриная – 400 г, крупа гречневая – 100 г, лук репчатый – 1 шт., яйца – 2 шт., чеснок – 2 зубчика, соль – по вкусу

Из куриной грудки приготовить фарш. Добавить в него натертый на мелкой терке лук, толченый чеснок, взбитые яйца и промытую гречневую крупу. Все хорошо вымешать, посолить. Полученный фарш разделить на равные части, придать им форму котлеток. Обжарить с двух сторон на растительном масле. Тушить 5 – 10 минут в небольшом количестве воды на сковороде, где жарились котлеты.

СУП ИЗ ФАСОЛИ

...

говядина – 100 г, фасоль – 1 ст. ложка, картофель – 1/2 шт., морковь – 1/4 шт., репчатый лук – 1/8 шт., масло сливочное – 1 ч. ложка, бульон – 1 стакан, раствор соли – 1/2 ч. ложки

Фасоль перебрать, промыть, положить в кастрюлю, влить холодную воду и варить в течение 2 часов, за 10 минут до окончания варки влить раствор соли.

В кипящий мясной бульон положить картофель, нарезанный мелкими кубиками, натертые на терке и тушеные морковь и лук и варить суп еще 10 минут.

За 10 минут до окончания варки добавить разваренную фасоль вместе с оставшимся небольшим количеством отвара.

БУЛЬОН ГОВЯЖИЙ С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ

...

говядина – 100 г, лапша домашняя – 20 г, морковь – 20 г, лук репчатый – 5 г, масло сливочное – 5 г, зелень петрушки и укропа – 2 г, соль – 1 г, вода – 500 мл

Сварить мясной бульон. Морковь вымыть, очистить, натереть на терке. Лук измельчить. В кипящий бульон положить домашнюю лапшу, натертую морковь, измельченный лук и варить в течение 15 минут.

БОРЩ С ЧЕРНОСЛИВОМ И ГРИБАМИ

...

чернослив вареный – 100 г, грибы белые сушеные – 15 г, бульон говяжий – 1/2 л, морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., томат-пюре – 3 ст. ложки, растительное масло – 2 ст. ложки, сахар, соль, специи – по вкусу

Сушеные грибы залить водой и оставить на 10 – 15 минут, затем несколько раз промыть, меняя воду, залить 1/2 стакана холодной воды и оставить на 3 – 4 часа для набухания. Варить в той же воде до готовности. Полученный отвар процедить, грибы промыть, нарезать соломкой. Борщ готовить обычным способом, а за 10 – 15 минут до окончания варки ввести свекольный отвар и грибы. Отдельно варить промытый и освобожденный от косточек чернослив до готовности. Полученный отвар добавить в борщ. Подавать борщ с черносливом, сметаной и зеленью.

Зелень промыть в холодной кипяченой воде, мелко нарезать. Перед подачей на стол в тарелку с бульоном положить сливочное масло и измельченную зелень.

ЩИ С ЯБЛОКАМИ

...

капуста белокочанная – 1/2 листа, морковь – 1/4 шт., яблоко свежее – 1/4 шт., масло сливочное – 2 ч. ложки, вода – 1,5 стакана, раствор соли – 1/2 ч. ложки

В кипящий бульон или воду положить нарезанную квадратиками капусту и тушенные с маслом коренья, лук и томат-пюре. Варить в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. В готовые щи прибавить сырые нашинкованные соломкой яблоки, влить раствор соли и прокипятить. В тарелку со щами положить сметану.

ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА И ВЕРМИШЕЛИ

...

говядина вареная – 50 г, вермишель – 50 г, лук репчатый – 5 г, сухари молотые – 5 г, масло сливочное – 10 г, яйцо – 1/2 шт., соль – 1 г

Вермишель сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода. Переложить в посуду. Яйцо взбить и перемешать с вермишелью. Вареное мясо пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать, обжарить в масле и смешать с измельченным мясом. Выложить половину вермишели на сковороду, смазанную маслом. Сверху положить слой мяса, а затем – оставшуюся вермишель. Посыпать сверху молотыми сухарями или смазать яйцом, смешанным с молоком, и полить растопленным сливочным маслом. Запечь в духовом шкафу.

ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА И КАПУСТЫ

...

говядина сырая – 100 г (или 50 г вареной), капуста белокочанная – 100 г, лук репчатый – 10 г, масло сливочное – 10 г, молоко – 30 мл, сухари молотые – 10 г, яйцо – 1/2 шт., зелень укропа – 2 г, вода – 50 г, соль – 1 г

Мясо пропустить через мясорубку и обжарить в масле с мелко нарезанным луком.

Капусту тонко нашинковать, положить в кастрюлю, залить горячей водой и тушить под крышкой на слабом огне в течение 15 минут.

Положить в капусту обжаренное мясо, сливочное масло, влить холодное молоко, посолить, добавить молотые сухари и взбитое яйцо. Хорошо перемешать и выложить на сковороду, смазав ее маслом.

Смазать запеканку сверху смесью яйца и молока и поставить в духовой шкаф на 30 минут.

При подаче на стол запеканку полить сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

КОТЛЕТЫ ИЗ КРОЛИКА

...

кролик – 100 г, масло растительное – 20 мл, хлеб пшеничный – 15 г, сухари молотые – 5 г, молоко – 20 мл, соль – 0,5 г

Кусочек кролика промыть и срезать мясо с костей. Кости не перерубать, чтобы в мясо не попали костные осколки! Мясо нарезать кусочками, пропустить через мясорубку. Хлеб (без корки) размочить в молоке, добавить к мясу, посолить, перемешать и еще раз пропустить через мясорубку.

Сформовать котлеты и обвалять их в молотых сухарях. Разогреть на сковороде масло и обжарить котлеты на сильном огне до образования румяной корочки. Затем накрыть сковороду крышкой и поставить на слабый огонь на 8 – 10 минут.

Готовые котлеты подавать с отварным картофелем, макаронами, рисовой кашей.

КРОЛИК, ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ

...

кролик – 300 г, масло растительное – 1 ст. ложка, шпиг свиной – 30 г, лук репчатый – 1 шт., молоко – 400 мл, перец душистый – 4 – 5 горошин, соль – 1/2 ч. ложки, зелень укропа или петрушки – по вкусу

Задние ножки и почечную часть тушки кролика разрубить на порционные куски, посолить, обжарить с жиром. Дно глубокого сотейника выложить тонкими ломтиками свиного шпига, положить ровным слоем нашинкованный репчатый лук, а на него – куски обжаренного мяса, добавить черный перец горошком. Все это залить горячим молоком, закрыть посуду крышкой и тушить при самом слабом кипении до тех пор, пока мясо не станет мягким (30 – 40 минут).

Подать с жареным картофелем или вареной фасолью, положив на мясо лук и посыпав зеленью петрушки или укропа.

РАГУ ИЗ КРОЛИКА

...

кролик – 300 г, масло растительное – 1 ст. ложка, картофель – 2 шт., морковь – 1 шт., репа – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., помидоры – 4 – 5 шт., соль – 1/2 ч. ложки, перец душистый – 5 горошин, лавровый лист – 2 шт., зелень – по вкусу

Обработанную тушку кролика разрубить на куски (по два на порцию), обжарить с жиром, положить в глубокий сотейник. Нарезать морковь, репу, корень петрушки и репчатый лук небольшими дольками, картофель – кубиками и обжарить с жиром. Помидоры вымыть, вырезать плодоножку, снять кожицу и мелко порубить. Положить в сотейник овощи, кролика, залить измельченными помидорами и тушить при слабом кипении до готовности мяса и овощей, примерно 35 – 40 минут. При подаче посыпать зеленью петрушки.

ТЕФТЕЛИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОДОЙ КАПУСТОЙ

...

мясо – 300 г, капуста – 600 г, масло сливочное – 80 г, панировочные сухари – 2 ст. ложки, пшеничная мука – 3 ст. ложки, молоко – 400 мл, сыр тертый – 50 г, хлеб белый – 150 г, лук репчатый – 1 шт., зелень рубленая – 1 ст. ложка, соль, перец – по вкусу

Приготовить котлетный фарш из мяса, хлеба и лука, поперчить и посолить по вкусу. Мокрыми руками сформовать тефтельки. Капусту хорошо вымыть, разрезать кочан на крупные доли по вертикали так, чтобы в каждом ломте осталась часть кочерыжки. Положить в подсоленную кипящую воду и варить капусту до мягкости. Откинуть капусту на дуршлаг, дать воде стечь. Глубокую сковороду хорошо намазать маслом, положить в нее капусту, на капусте разложить сырые тефтели, посыпать зеленью и залить соусом.

Приготовление соуса: муку растереть на глубокой сковороде с маслом, посолить и постепенно разбавить горячим молоком, прокипятить 5 минут.

Политые соусом тефтели с капустой посыпать сухарями, перемешанными с тертым сыром. Поставить в духовой шкаф, разогретый до 245 ˚С на 45 минут. Вынуть блюдо из духовки и подавать на стол в той же посуде.

ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ

...

говядина – 100 г, рис – 40 г, томатное пюре – 10 г, масло растительное – 20 мл, вода – 250 мл, соль – 1 г

Мясо вымыть, нарезать мелкими кусочками, обжарить в масле. Положить в кастрюлю, залить 100 мл горячей воды и варить.

Рис перебрать, промыть. Лук мелко нарезать и обжарить. Положить рис в кастрюлю с мясом, добавить поджаренный лук, томатное пюре, посолить и долить 150 мл горячей воды. Помешивая, продолжать варить плов до загустения, а затем поставить в духовой шкаф на 1 час.

КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ

...

картофель – 200 г, говядина – 50 г, лук репчатый – 10 г, масло сливочное для обжарки, сметана – 30 г, яйцо – 1/4 шт., сухари молотые – 10 г, соль – 1 г

Картофель вымыть щеткой, сварить в «мундире» в подсоленной воде, очистить от кожуры и протереть в горячем виде через сито или пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, посолить и хорошо размешать.

Сделать из картофельной массы круглые тонкие лепешки. На середину каждой лепешки положить фарш, соединить края, обвалять в сухарях и придать котлетам овальную приплюснутую форму.

Обжарить котлеты на масле с обеих сторон, а затем поставить их в духовой шкаф на 5 минут.

Готовые котлеты подавать на стол со сметаной.

Приготовление фарша: лук измельчить, мясо нарезать на кусочки, посолить и обжарить на масле вместе с луком. Подлить немного воды и тушить под крышкой на слабом огне до мягкости.

Готовое мясо пропустить через мясорубку. Чтобы фарш получился сочный, добавить в него немного бульона, в котором тушилось мясо.

ГОЛУБЦЫ

...

капуста – 1 кочан, фарш мясной – 300 г, корейка – 100 г, лук репчатый – 1 шт., масло топленое – 50 г, бульон мясной – 1 стакан, сливки – 100 мл, сметана жирностью 30% – 2 ст. ложки

Кочан капусты разрезать пополам, удалить кочерыжку, выбрать 8 – 10 самых лучших листьев и положить их в кипящую соленую воду. Несколько минут кипятить, затем листья вытащить и облить холодной водой. Фарш разложить в середину каждого листа вдоль его длины. Листья туго закатать. Корейку нарезать мелкими кубиками. Лук очистить и мелко посечь. В горячем топленом масле быстро обжарить лук и корейку, положить голубцы. После легкого обжаривания залить горячим бульоном, огонь уменьшить, накрыть крышкой и тушить 30 минут. Достать голубцы из соуса и выложить на подогретую тарелку. В соус добавить сливки или сметану, приправить по вкусу и полить соусом голубцы.

КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ И КАРТОФЕЛЯ

...

говядина – 100 г, картофель – 200 г, лук репчатый – 25 г, масло сливочное – 15 г, сухари молотые – 10 г, яйцо – 1/4 шт., соус сметанный – 50 г, соль – 1 г

Отварить мясо. Картофель очистить и отварить. Лук мелко нарезать и обжарить на масле. Пропустить через мясорубку мясо и картофель, добавить обжаренный лук, сырое яйцо, соль, все перемешать и вновь пропустить через мясорубку.

Из полученного фарша сформовать котлеты и обвалять их в сухарях. Обжарить на сковороде на сливочном масле до образования румяной корочки, затем накрыть сковороду крышкой и оставить на слабом огне на 10 минут. Следить, чтобы котлеты не подгорели.

На стол котлеты подавать со сметанным соусом.

САЛАТ МЯСНОЙ С ОВОЩАМИ

...

мясо вареное (говядина или курица) – 80 г, картофель – 120 г, огурцы (свежие или соленые) – 50 г, яблоки – 50 г, морковь – 40 г, салат – 30 г, яйцо – 1 шт., сметана – 50 г, сахар – 5 г, соль – 1 г

Яйцо сварить вкрутую. Картофель вымыть щеткой, сварить на пару. Яблоко вымыть, очистить от кожицы и сердцевины. Огурец вымыть, очистить от кожуры. Вареный картофель очистить и нарезать тонкими ломтиками. Такими же ломтиками нарезать охлажденное вареное мясо, огурец и яблоко.

Листья салата перебрать, вымыть, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и разрезать на 3 – 4 части.

Положить в миску все продукты, посолить, добавить сахар и сметану, осторожно перемешать и выложить в салатницу.

Украсить салат сверху кружочками огурца и вареного яйца, листьями зеленого салата, ломтиками мяса и подавать на стол.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ

...

кабачки – 300 г, мясо (говядина) – 200 г, рис – 30 г, яйцо – 1 шт., томат-пюре – 20 г, масло сливочное – 20 г, мука пшеничная – 5 г, вода – 300 мл, соль – 2 г

Приготовление фарша: мясо вымыть, положить в кастрюлю, залить горячей водой, посолить и варить на слабом огне в течение 40 минут.

Пропустить вареное мясо через мясорубку. Лук мелко нарезать и обжарить в масле, рис отварить. Добавить рис и лук вместе с сырым яйцом к измельченному мясу. Хорошо перемешать.

Кабачки вымыть, очистить, разрезать поперек на четыре части, ложкой вынуть сердцевину с семенами. Наполнить кабачки фаршем, уложить на сковороду, залить соусом и запекать в духовом шкафу в течение 20 – 25 минут.

Приготовление соуса: растопить на сковороде масло, всыпать просеянную муку и, помешивая, слегка обжарить. Добавить томатное пюре, влить понемногу 100 мл горячего мясного бульона и проварить.

РЫБНЫЙ БУЛЬОН

...

рыба – 300 г, коренья белые – 20 г, лук репчатый – 1 шт., вода – 3 стакана, раствор соли – 1 ст. ложка

Свежую рыбу (окунь, карп или треска) выпотрошить, удалить чешую, жабры, нарезать на порционные куски, промыть, залить кипятком, положить корни и стебли петрушки, сельдерея, лук, влить раствор соли и варить 30 минут при слабом кипении, снимая периодически пену. Готовый бульон процедить через влажную салфетку.

Рыбный бульон можно подать натуральным или сварить из него суп с картофелем, овощами или фрикадельками из рыбы. Кроме того, на рыбном бульоне варят борщ, щи, рассольник и другие супы.

БИТОЧКИ РЫБНЫЕ

...

судак, треска или морской окунь – 100 г, лук репчатый – 15 г, сухари молотые – 10 г, масло растительное – 15 мл, соус томатный – 50 г, яйцо – 1/4 шт., зелень петрушки – 3 г, соль – 0,5 г

Филе рыбы без кожи и костей разрезать на куски и посолить. Зелень и лук измельчить. Филе вместе с зеленью пропустить через мясорубку.

Из полученного рыбного фарша сформовать тонкие лепешки овальной или круглой формы, смочить их во взбитом яйце и обвалять в молотых сухарях. Разогреть на сковороде масло и обжарить биточки с обеих сторон.

Готовые биточки полить томатным соусом и подавать на стол с картофельным пюре или отварным картофелем.

РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ С РАЗНОЦВЕТНЫМ КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ

...

треска – 800 г, лук репчатый – 1 шт., хлеб белый – 250 г, молоко – 250 мл, яйца – 2 шт., панировочные сухари – 250 г, зелень рубленая – 2 ст. ложки, соль и перец – по вкусу, растительное масло для жарения

Для пюре: *картофель – 800 г, томатная паста – 1 ст. ложка, шпинат – 2 ст. ложки, молоко – 250 мл, масло сливочное – 1 ст. ложка*

Треску очистить, освободить от костей, порезать, пропустить через мясорубку вместе с луком и намоченным в молоке белым хлебом. Котлетную массу хорошо перемешать, добавить яйца, оставшееся от замачивания хлеба молоко, рубленую зелень, перец и соль. Сформовать котлеты, обвалять их в сухарях и пожарить.

Приготовление пюре: очищенный картофель сварить в небольшом количестве подсоленной воды. Воду слить, картофель измельчить в пюре, заправить маслом, влить горячее молоко, хорошо вымешать в кастрюле и разделить на три части. Одну часть смешать с томатной пастой, другую со шпинатным пюре, третью оставить как есть. На блюдо выложить слоями пюре всех трех цветов, вокруг разложить котлеты и посыпать их зеленью.

КАРП ЗЕРКАЛЬНЫЙ С ЯБЛОКАМИ

...

карп – 1 шт., яблоки антоновские – 3 шт., сметана – 50 г, смесь специй для рыбы – 1 ч. ложка, соль – 1/2 ч. ложки

Яблоки почистить и порезать на четвертинки. Рыбу почистить и удалить внутренности, на боках острым ножом сделать разрезы в виде наклонной решетки. Духовой шкаф разогреть до 180 °С. Рыбу посолить, нафаршировать яблоками, намазать сметаной, посыпать специями и выложить на противень на брюшко. Запечь в духовом шкафу до готовности.

КАРП, ЗАПЕЧЕННЫЙ ПОД СЫРНЫМ СОУСОМ

...

карп потрошеный – 600 г, соус соевый – 20 г, масло оливковое – 50 мл, сок лимонный – 1 ч. ложка, помидор – 50 г, майонез – 30 г, сыр эдам – 30 г

Карпа промыть, почистить. Смешать соевый соус, оливковое масло и лимонный сок. Карпа замариновать в этой смеси на 3 – 4 часа. Сделать на хребте рыбы 5 – 6 наклонных вертикальных надсечек глубиной 1 см. Сыр натереть, смешать с майонезом. Помидор нарезать тонкими кружками, выложить на противень на брюшко карпа. Запечь в духовом шкафу до готовности.

ТРЕСКА С ПЕРЦЕМ И КЕДРОВЫМИ ОРЕШКАМИ

...

филе трески без кожи – 4 шт., по 150 г каждое, свежий болгарский перец – 300 г, чеснок – 1 зубчик, лимонный сок – 2 ст. ложки, растительное масло – 2 ст. ложки, орешки кедровые – 2 ст. ложки, белый перец, соль – по вкусу

Болгарский перец освободить от семян и плодоножки, нарезать тонкими полосками. Чеснок размять в пюре, смешать с растительным маслом и лимонным соком. Болгарский перец залить полученным маринадом и оставить на 10 минут при комнатной температуре. Форму для микроволновой печи, достаточно большую, чтобы уложить рыбу в один слой, смазать маслом. Выложить рыбу, приправить солью и перцем. Болгарский перец вынуть из маринада, откинуть на дуршлаг и дать слегка стечь, а затем равномерно распределить поверх рыбы. Неплотно накрыть пленкой, чтобы мог выходить воздух, и запекать в микроволновой печи в режиме запекания 4 минуты, пока рыба не станет мягкой.

Пока готовится рыба, обжарить кедровые орехи на сухой сковороде без масла на среднем огне, часто встряхивая, чтобы не пригорели. Посыпать рыбу орехами перед подачей на стол.

ФИЛЕ СУДАКА В СВЕКОЛЬНОМ СОУСЕ

...

филе судака – 800 г, растительное масло – 1 ст. ложка, бульон рыбный – 200 мл, бульон куриный – 200 мл, свекла – 300 г, пряности – по вкусу, сметана – 1 ст. ложка, сливки – 1 ст. ложка, базилик – 12 листиков, масло растительное для фритюра

Филе посолить, поперчить и обжаривать по 2 минуты с каждой стороны на разогретом растительном масле.

Приготовить соус: в кастрюлю влить рыбный и куриный бульон. Выпарить до половины. Треть свеклы мелко нарезать, добавить в соус и тушить до готовности. Приправить по вкусу и процедить через сито. Добавить в соус сливки, сметану и хорошо взбить. Оставшуюся свеклу нарезать тонкой соломкой и обжарить во фритюре. Листики базилика также обжарить. Судака полить соусом, украсить свеклой фри и обжаренным базиликом. Подать с рисом, лапшой или картофелем. Соус можно приготовить заранее, в этом случае сливки и сметану добавить в разогретый соус перед подачей.

ПУДИНГ РЫБНЫЙ

...

рыба – 100 г, картофель – 50 г, молоко – 30 мл, сухари молотые – 10 г, масло сливочное – 10 г, сметана – 30 г (или соус томатный – 50 г), яйцо – 1/2 шт., соль – 1 г

Картофель вымыть, очистить, сварить и слить воду. Размять его деревянным пестиком до однородной (без комков) массы и развести молоком.

Рыбу очистить, вымыть и сварить в подсоленной воде, отделить кожу и кости. Мякоть мелко порубить, смешать с картофелем, посолить, добавить 5 мл растопленного масла, желток и взбитый в пену белок. Формочку смазать маслом, обсыпать сухарями, выложить в нее подготовленную массу. Закрыть крышкой и варить на водяной бане в течение 40 минут.

Пудинг подавать на стол со сметаной.

РЫБА ПОД СМЕТАННЫМ СОУСОМ

...

филе судака, трески или сома – 200 г, мука пшеничная – 10 г, масло растительное – 15 мл, сыр твердый – 15 г, соус сметанный – 50 г, соль – 0,5 г

Филе рыбы вымыть, разрезать на плоские широкие куски, посолить, обвалять в муке и обжарить в масле с обеих сторон.

Приготовить сметанный соус. Положить жареную рыбу на сковороду, залить соусом, посыпать тертым сыром, полить сверху маслом и запекать в духовом шкафу до образования румяной корочки.

РЫБА В БЕЛОМ СОУСЕ

...

филе щуки, судака или трески – 100 г, масло сливочное – 5 г, лимон – 1/4 шт.

Для соуса:

рыбный бульон – 100 мл, мука – 5 г, масло сливочное – 10 г, лимон – 1/4 шт., молоко – 30 мл, яйцо (желток) – 1/2 шт., соль – 1 г

Из головы, кожи, плавников рыбы сварить бульон. Смазать сотейник сливочным маслом, положить в него филе рыбы, полить лимонным соком, посолить и влить 2 – 3 столовые ложки рыбного бульона. Накрыть сотейник крышкой, довести быстро до кипения и варить на слабом огне в течение 20 минут.

Когда рыба будет готова, бульон слить и приготовить из него белый соус. Для этого немного бульона (20 г) охладить до 50 °С, всыпать в него просеянную муку и размешать так, чтобы не было комков. Остальной бульон нагреть до кипения, влить в него разведенную муку, размешать и варить на слабом огне в течение 15 минут. Посолить. В горячий соус положить сливочное масло, влить лимонный сок, хорошо перемешать. Затем влить и быстро размешать сырой яичный желток, разведенный молоком.

Рыбу полить белым соусом и подавать с отварным картофелем.

Это блюдо можно давать детям старше 4 лет.

СЛОЕНОЕ ТЕСТО

...

мука – 250 г, масло сливочное (холодное) – 250 г, уксус – 5 – 6 капель, вода – 125 мл, соль – щепотка

Слоеное тесто – это жирное тесто, состоящее в равных пропорциях из муки и масла. Масло вводится в тесто слоями, благодаря чему тесто при выпечке как бы расслаивается. Изготовление слоеного теста – задача непростая, требующая много времени. Очень важно, чтобы все компоненты для слоеного теста были хорошо охлаждены. Даже помещение, где его изготавливают, должно быть прохладным.

Основной рецепт

Холодное масло нарезать тонкими ломтиками в 50 г муки, быстро замесить холодными руками, слепить из него четырехугольник, завернуть в пергаментную бумагу и поставить в холодильник.

Остаток муки просеять на рабочую поверхность, в середине сделать углубление и поместить в него соль, уксус и половину жидкости. Смешать с частью муки, затем добавить остаток жидкости и вымесить тесто средней плотности, промешивая до тех пор, пока оно не начнет отделяться от поверхности стола. Дать полежать 30 минут.

Тесто раскатать в пласт толщиной около 75 мм, половину пласта покрыть масляным прямоугольником и накрыть второй половиной. Раскатать тесто от закрытого конца к открытому, так, чтобы получился длинный пласт толщиной 1 см. Края дважды наложить друг на друга, пока не получится четыре слоя. Этот четырехслойный пласт поместить в холодильник на 30 минут.

Всю процедуру повторить еще четыре раза, и после каждого раза давать тесту полежать в холодильнике. Готовое тесто разделать (выпечка к кофе, изделия для начинки кремом, рожки, корзиночки и т. д.), еще раз поместить в холодное место и затем выпекать около 20 – 30 минут в разогретом до 220 – 230 °С духовом шкафу.

ЗАВАРНОЕ ТЕСТО

...

мука – 150 г, масло сливочное – 50 г, сахарный песок – 1 ст. ложка (для сладкого теста), яйца – 4 шт., соль – щепотка

Заварное тесто готовится легко и быстро. Оно почти не содержит или содержит очень немного сахара и имеет нейтральный вкус. Поэтому заварное тесто используется как для сладкой, так и для пикантной выпечки.

Основной рецепт

В маленькой кастрюле вскипятить 1 стакан воды, соль, сливочное масло и при необходимости сахар. Кастрюлю снять с огня. За один раз всыпать всю муку и при этом сильно перемешивать до тех пор, пока не получится однородная масса.

Кастрюлю опять поставить на огонь и вновь перемешивать, пока тесто не начнет отставать от кастрюли в форме большой клецки, а дно не покроется белой пленкой. Опять снять с огня, слегка охладить и вбить по одному все яйца. Тесто хорошо охладить. Температура выпечки изделий 220 – 240 ˚С.

СЛИВОЧНОЕ ТЕСТО ДЛЯ ПИРОЖКОВ

...

мука – 2 стакана, масло сливочное – 150 г, сметана – 100 г, яйцо (желток) – 1 шт., соль – щепотка, сок лимонный – 1 ч. ложка, сода – на кончике ножа

Муку просеять, положить в нее масло и, смешивая с мукой, мелко порубить. В углубление, сделанное в муке, вылить смесь желтка, сметаны, соли, лимонного сока и соды. Вымесить тесто, охладить, раскатать, сформовать пирожки.

Для начинки можно использовать пропущенное через мясорубку вареное мясо со специями (перцем, солью) или соленую массу творога, вареную рыбу, тушеные овощи и др.

ШАРЛОТКА «АНТОНОВСКИЕ ЯБЛОКИ»

...

яблоки антоновские – 10 шт., сухари из белого хлеба – 150 г, сахар – 300 г, масло сливочное – 100 г

Кастрюлю смазать сливочным маслом, насыпать в нее слой толченых сухарей, на них положить мелко нарезанные яблоки, пересыпать их сахаром, положить масло кусочками, затем снова положить ряд сухарей, ряд яблок, ряд сухарей.

Сверху засыпать сахаром и положить несколько кусочков масла. Кастрюлю закрыть крышкой и поставить в духовой шкаф с небольшим жаром на 20 – 25 минут. Когда яблоки станут мягкими и сухари наберут сок, вынуть шарлотку и подавать в том же блюде в горячем или холодном виде с холодными сливками.

БИСКВИТНЫЕ РУЛЕТЫ

...

бисквитный корж – 1/2 порции (см. основной рецепт), масло сливочное для смазывания формы, сахарный песок для обсыпки, мармелад – 250 г, сахарная пудра для украшения

Приготовить тесто для бисквита: противень хорошо смазать сливочным маслом и покрыть пергаментной бумагой. Тесто выложить на бумагу слоем в 1 см. С открытой стороны противня закатать бумажный край, чтобы тесто не стекало. Поставить в подогретый до 200 °С духовой шкаф и запекать 10 минут.

После выпечки бисквитный пласт опрокинуть на бумагу, посыпанную сахаром. Слегка смочить холодной водой пергаментную бумагу, быстро снять ее с бисквита, который смазать гладко вымешанным мармеладом и сразу закатать в рулет. Это нужно сделать, пока бисквит еще горячий.

После охлаждения посыпать рулет сахарной пудрой.

ТВОРОЖНЫЕ ВАТРУШКИ ИЗ СЛОЕНОГО ТЕСТА

...

слоеное тесто готовое – 450 г, яйцо – 1 шт., творог – 500 г, сахар – 100 г, ванильный сахар – 1 пакетик, крахмал – 30 г, изюм – 50 г, натертая цедра 1 лимона

Тесто разделить на 10 квадратов. Яйцо разделить на белок и желток.

Белком смазать края квадратов. Смешать творог, сахар, ванильный сахар, желток, крахмал, изюм и цедру. На каждый квадрат теста выложить 1 ст. ложку творожной массы. Квадрат сложить от угла к противоположному углу, чтобы получился треугольный пирожок. Края теста сдавить и сделать ножом надрезы на расстоянии 1 см друг от друга.

Противень застелить бумагой для выпечки, выложить на него ватрушки, смазать их желтком и поставить в подогретый до 200 ˚С духовой шкаф. Выпекать 20 – 25 минут.

ПИРОЖКИ ИЗ СЛОЕНОГО ТЕСТА С КОНФИТЮРОМ

...

слоеное замороженное тесто (готовое) – 1 пакет, абрикосовое желе – 2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., миндальные хлопья – 1 ч. ложка

Разморозить тесто. Пласты разрезать пополам. На каждый пласт положить немного абрикосового желе. Разбить яйцо, аккуратно отделив желток от белка. Края смазать белком. Пласты сложить треугольником и плотно защипнуть края.

Взболтать желток, смазать им поверхность треугольников и сверху посыпать миндалем. Противень смочить водой, выложить на него подготовленные пирожки и дать им постоять 15 минут.

Поставить в подогретый духовой шкаф и выпекать 25 минут при температуре 220 ˚С.

БИСКВИТЫ ОВСЯНЫЕ

...

овсяные хлопья – 100 г, мука пшеничная – 100 г, сахар – 100 г, сахарный сироп – 20 г, масло сливочное – 150 г, мякоть кокоса – 50 г, сода – 5 г

Такие бисквиты понравится печь детям. Они любят скатывать шарики из теста. Если мама покажет, как это делается, они с удовольствием займутся стряпней вместе с ней. Пусть эти бисквиты станут первым шагом в кулинарии для вашей дочери.

Смешать в кастрюле сливочное масло с сахаром и сахарным сиропом и поставить на медленный огонь, чтобы масло растопилось.

Снять кастрюлю с огня и всыпать в растопленное масло овсяные хлопья, муку и мякоть кокоса, хорошо перемешать, добавить соду, погашенную в лимонной кислоте, и остудить в течение нескольких минут.

Разделить тесто на 30 порций, скатать в шарики и разместить на противне, смазанном маслом, оставляя довольно большие промежутки.

Выпекать в духовом шкафу, пока бисквиты не приобретут равномерный коричневый цвет.

НЕЖНЫЕ ВАФЛИ

...

мука – 150 г, масло сливочное или маргарин – 250 г, сахарный песок – 200 г, яйца – 4 шт., натертая цедра 1/4 лимона, ванильный сахар – 1/2 пакетика, разрыхлитель – щепотка, крахмал – 150 г, соль – щепотка, масло растительное для смазывания, сахарная пудра для обсыпки – 80 г

Масло с сахаром растереть в пену. Добавить яйца и все остальные ингредиенты. Разогреть вафельницу, внутренность смазать растительным маслом. Налить тесто, закрыть вафельницу. Время выпечки одной вафли – 6 минут. Вафлю достать из вафельницы и поставить на кант, чтобы вышел пар. Обсыпать сахарной пудрой.

ПИРОГ ЛИМОННЫЙ

...

мука – 600 г, лимон – 1 шт., сахар – 200 г, сметана – 250 г, маргарин – 200 г, яйцо – 1 шт., сода – 5 г

Маргарин натереть на терке, смешать с 400 г муки. Добавить яйцо, сметану, соду (погасить в лимонной кислоте) и замесить тесто, добавляя оставшуюся муку. Поставить в холодильник на 1 час.

Приготовление начинки: лимон опустить на несколько минут в кипяток, разрезать, вынуть косточки, пропустить через мясорубку и смешать с сахаром.

Тесто разделить на две части. Одну часть раскатать, выложить на лист, смазанный маслом, выложить начинку и накрыть вторым раскатанным слоем теста, проколоть в нескольких местах и запечь в духовом шкафу.

Горячий пирог разрезать на порционные куски и посыпать сахарной пудрой.

ПИРОГ С ТВОРОГОМ И ВИШНЯМИ

...

Для теста:

мука – 600 г, сахар – 150 г, яйца – 2 шт., маргарин – 125 г, молоко – 100 мл, цедра лимонная – 10 г, сода – 5 г, лимонная кислота – 1 г

Для начинки:

вишня – 200 г, творог – 600 г, сахар – 100 г, крахмал картофельный – 60 г, яйца – 2 шт., молоко – 40 – 60 мл

Сахар растереть с яйцами, добавить растопленный маргарин, натертую на терке лимонную цедру, молоко, соду, погашенную в лимонной кислоте. Размешать, добавить порциями муку и замесить тесто.

Приготовление творожной начинки: смешать творог с сахаром, крахмалом, добавить яйца, молоко и хорошо перемешать до получения однородной массы.

Выложить тесто на сковороду, смазанную маслом и посыпанную молотыми сухарями. На тесто уложить вишни без косточек, а сверху них – творожную массу.

Пирог можно украсить сверху тестом. Выпекать в духовом шкафу в течение 30 минут.

ПОНЧИКИ С ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ

...

мука – 340 г, дрожжи – 15 г, молоко – 100 мл, яйцо – 1 шт., соль – 5 г, лимонная цедра – 3 г, сахар – 30 г, масло растительное – 400 мл, сахарная пудра – 15 г, мармелад или варенье – 70 г

Молоко слегка подогреть, положить в него дрожжи и 1/3 муки. Замесить тесто и поставить его на 1,5 – 2 часа в теплое место для брожения.

Сахар, яйцо, лимонную цедру, 10 мл растительного масла и соль смешать. Смесь подогреть до 30 °С. Влить ее в поднявшееся тесто, добавить остаток муки, довести тесто до состояния однородной массы и оставить его в теплом месте для брожения еще на 1,5 – 2 часа.

Готовое тесто разделить на части, скатать их в шары и оставить на некоторое время в теплом месте. Когда шары увеличатся в объеме в 1,5 – 2 раза, опустить их в кипящее масло до появления светло-коричневого цвета. Готовые пончики надрезать сбоку, начинить мармеладом или вареньем и посыпать сверху сахарной пудрой.

ШТРУДЕЛЬ С ГРУШАМИ, РИСОМ И ИЗЮМОМ

...

мука – 400 г, масло растительное – 100 мл, яйца – 4 шт., рис – 400 г, соль – 5 г, уксус – 5 мл, сахарная пудра – 25 г, груши – 200 г, изюм – 200 г

Замесить вытяжное тесто, посыпать слегка мукой и оставить на полчаса. Затем тонко раскатать его и вытянуть аккуратно до прозрачности. Растянутое тесто выложить на полотенце и смазать растительным маслом.

Отварить в подсоленной воде рис. Перебрать и промыть изюм. Помыть и нарезать кусочками груши. Положить изюм и нарезанные груши в рис, перемешать и выложить эту начинку на тесто ровным слоем. Свернуть тесто в рулет, осторожно приподнимая полотенце. Смазать штрудель яичным желтком и выпекать до готовности.

СЛОЕНЫЕ ЯЗЫЧКИ

...

готовое слоеное тесто – 500 г, сахарный песок – 3 ст. ложки, яйцо – 1/2 шт.

Для приготовления слоеных язычков понадобятся пресное слоеное тесто, сахарный песок, яйцо для смазки.

Если тесто сильно заморожено, надо разморозить его до комнатной температуры. Стол подпылить мукой, развернуть тесто на столе, сверху подпылить мукой и раскатать скалкой до толщины 4 – 7 мм, затем смазать пласт с помощью кисточки взбитым яйцом с водой (воды добавить немного). Смазанный пласт посыпать сахарным песком и опять раскатать скалкой уже по сахару, затем нарезать прямоугольники ножом для пиццы или острым ножом, переложить готовые для выпечки изделия на противень, проколоть вилкой, поставить в горячий духовой шкаф, разогретый до 220 °С, и выпекать в течение 10 – 15 минут. Язычки должны подняться и иметь золотистый цвет.

ТВОРОЖНЫЕ КОЛЕЧКИ

...

творог – 250 г, молоко – 1/2 стакана, яйца (желтки) – 2 шт., масло сливочное – 50 г, сухие дрожжи – 1 пакетик, мука – 250 г, сметана – 200 г, ванильный сахар – 1 пакетик, соль – по вкусу, растительного масла для жарения 250 – 300 мл

Творог размять и протереть с солью и желтками, а также с дрожжами, замоченными в теплом молоке, добавить муку. Тесто поставить в теплое место на 2 часа.

Затем тесто выложить на стол, предварительно посыпанный мукой, вырезать из него колечки формочкой или стаканчиком, дать постоять в теплом месте 10 минут.

Нагреть масло и опустить колечки в масло. Обжарить, вынуть и уложить на блюдо, подавая к ним сметану, ванильный соус или сахарную пудру с ванилином.

ФРАНЦУЗСКОЕ ПЕЧЕНЬЕ

...

мука – 200 г, яйца – 6 шт., сахарный песок – 150 г, ром – 30 мл, разрыхлитель – 1 ч. ложка, крахмал – 100 г, какао-порошок – 2 ст. ложки, натертая цедра 1 лимона и 1 апельсина, смородиновое желе – 250 г, сахарная пудра – 500 г, лимонный сок – 3 – 4 ст. ложки

Яйца разделить на желтки и белки. Желтки растереть с сахаром до образования белой пены. Смешать муку, разрыхлитель и крахмал. Смесь просеять на желтки и все перемешать. Взбить белки и слегка перемешать с тестом.

Тесто разделить на две части. Одну часть смешать с порошком какао и ромом, другую – с лимонной и апельсиновой цедрой. Каждую половину раскатать в пласт толщиной 2 см, выложить на противень, покрытый бумагой для запекания, и выпечь в подогретом духовом шкафу при температуре 200 ˚С. Выпекать пласты отдельно, каждый пласт по 15 минут. После охлаждения нарезать пласты на маленькие многоугольники (или использовать для этого формочки), смазать их смородиновым желе и соединить попарно. Сахарную пудру смешать с лимонным соком и покрыть глазурью печенье.

ПРЯНИЧНЫЕ ЧЕЛОВЕЧКИ

...

мука – 2 стакана, масло сливочное несоленое – 125 г, коричневый сахар – 1/3 стакана, сироп фруктовый – 1/2 стакана, яйцо – 1 шт., мука с разрыхлителем – 1/2 стакана, имбирь молотый – 1 ст. ложка, сода – 1 ч. ложка, изюм – 1 ст. ложка

Для глазури:

яйцо (белок) – 1 шт., сок лимонный – 1/2 ст. ложки, сахарная глазурь – 1,1/2 стакана, пищевые красители (по желанию)

Разогреть духовой шкаф до 180 ˚С. Выстелить два-три противня пергаментом. Взбить сливочное масло, сахар и сироп до воздушного крема. Продолжая взбивать, добавить яйцо.

Переложить смесь в большую миску. Просеять на масляную смесь сухие ингредиенты. Смешать сначала лопаточкой, а затем обильно присыпанной мукой рукой. Выложить на посыпанную мукой поверхность и вымешивать до гладкости.

Выстелить большую разделочную доску пергаментом. Раскатать на ней тесто до толщины 5 мм. Положить на 15 минут в холодильник на доске, чтобы тесто стало достаточно плотным для нарезания.

Вырезать из теста формочкой человечков. Соединить обрезки и снова раскатать, вырезая дополнительные фигурки. Разложить фигурки на противни. Сделать из изюма глаза и носы. Запекать 10 минут или до светло-коричневого цвета. Вынуть из духовки и остудить на противнях.

Приготовление глазури: взбить белок до крепкой пены. Постепенно добавить лимонный сок и сахарную глазурь и взбивать миксером, пока смесь не станет густой. Разложить глазурь в несколько чашек, подкрасив каждую выбранным красителем. Переложить в бумажные кулинарные мешочки, закрыть широкий конец. Срезать у мешочков кончик и нанести на пряничных человечков «лица» и «одежду».

ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ

...

масло или маргарин – 150 г, сахарный песок – 1/2 стакана, яйцо – 1 шт., цедра лимона или щепотка ванилина, овсяные хлопья – 2 стакана, орехи рубленые – 1 ст. ложка

Овсяные хлопья высыпать на противень и прогреть в духовом шкафу, чтобы придать им вкус каленого ореха и желто-коричневый цвет. Во время прогревания хлопья перемешать, чтобы они одинаково подрумянились и не пригорели – в противном случае они будут горькими. Масло растереть с сахаром в пену, добавить яйцо и пряности, отсеянную от хлопьев муку, рубленые орехи, остывшие хлопья. Класть чайной ложкой на противень порции теста. Выпекать печенье в духовом шкафу. Оно должно быть желто-коричневого цвета, сухим при разломе.

ТВОРОЖНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

...

творог – 200 г, мука – 1 стакан, масло или маргарин – 100 г, сахарный песок – 100 г, яйцо (желток) – 1 шт., цедра лимона или щепотка ванилина, разрыхлитель – на кончике ножа

Масло смешать с сахаром, добавить желток и творог. Массу перемешать, добавить тертую цедру или ванилин, разрыхлитель и муку. Чайной ложкой выложить на противень, смазанный жиром, порции теста. Выпекать в разогретом духовом шкафу.

МОРКОВНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

...

мука – 2 – 3 стакана, морковь – 300 г, сахарный песок – 200 г, цедра 1 лимона или щепотка ванилина, корица молотая – на кончике ножа, разрыхлитель – на кончике ножа

Очищенную морковь натереть на терке, добавить сметану или масло, пряности, разрыхлитель, муку. Замесить тесто. В прохладном месте выдержать тесто 1 час. Чайной ложкой выложить порции теста на смазанный жиром противень и выпечь в духовом шкафу.

ПЕЧЕНЬЕ ЯБЛОЧНОЕ

...

песочное тесто – 500 – 600 г,
яблочное повидло – 1/3 стакана

Песочное тесто раскатать в пласт толщиной около 4 – 5 мм, нарезать его ромбиками или вырезать из него стаканом круглые лепешки. Уложить нарезанное тесто на противень, слегка смазанный маслом и посыпанный мукой.

Выпекать печенье в хорошо разогретом духовом шкафу до тех пор, пока оно не подрумянится. Готовое печенье соединить по две штуки, промазав каждое с одной стороны яблочным повидлом.

ВАТРУШКИ ДЕРЕВЕНСКИЕ С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ

...

мука – 1 кг, яйца – 2 шт., масло растительное – 110 мл, сухие дрожжи – 10 г, сахарный песок – 75 г, молоко теплое – 200 мл, соль – по вкусу

Для начинки:

творог отжатый – 250 г, яйца – 2 шт., сахарный песок – 75 г, изюм – 50 г, курага – 100 г, корица – 15 г, сахар ванильный – 10 г, мука – 1 ст. ложка, сметана – 1 ст. ложка

Замесить дрожжевое тесто. Творог смешать с желтком и взбитым белком, добавить сахар, сметану, ванильный сахар, корицу, хорошо растереть.

Тесто разделить на части. Каждую часть раскатать до величины чайного блюдца, положить начинку, края прищипнуть, сверху смазать желтком, смешанным со сметаной, украсить изюмом и курагой, присыпать сахаром и печь при 180 °С. Начинка для ватрушек должна быть густой.

ПИРОГ СЛОЕНЫЙ С ЯБЛОКАМИ

...

Готовое дрожжевое слоеное тесто – 500 г

Для начинки:

яблоки – 3 шт., ядра грецких орехов – 100 г, корица – 1/4 ч. ложки, сахарный песок – 50 г

Для отделки:

джем абрикосовый – 150 г, яйцо – 1 шт. для смазки

Тесто вынуть из холодильника, оно должно полежать в теплом месте и стать мягким.

Для начинки яблоки очистить от кожицы, вынуть семенную часть, порезать мелкими кубиками. Грецкие орехи очистить от пленок. Перемешать яблоки, орехи, сахар, корицу.

Слоеное тесто разделить на две равные части. Раскатать из одной части прямоугольник, смазать его маслом, уложить на него ровным слоем начинку. Из второго куска теста раскатать прямоугольник, вырезать специальным резаком сетку, уложить на начинку и совместить края прямоугольников. Смазать верх взбитым яйцом с помощью мягкой кисточки.

Поставить в теплое место на 20 минут. Выпекать в духовом шкафу при температуре 220 – 230 ˚С до ровного золотистого цвета.

Абрикосовый джем растопить до жидкого состояния и горячим нанести на пирог с помощью кисточки.

ПИРОЖНОЕ «ОРЕШЕК»

...

сахар – 170 г, масло сливочное – 80 г, какао-порошок – 10 г, молоко сгущенное – 45 г, ванилин – 1 г, орехи фундук – 50 г, шоколад – 120 г

В размягченное сливочное масло всыпать сахар, растереть, добавить сгущенное молоко, какао, измельченные орехи и ванилин. Все перемешать. Полученную массу разделить на 10 частей, скатать их в шарики и поместить в холодное место. Охлажденные орешки окунуть, нанизывая их на вилку, в теплую шоколадную глазурь.

«БАБУШКИН ПИРОГ»

...

мука – 4,5 стакана, сахарный песок – 1 ст. ложка, масло сливочное – 100 г, масло растительное – 2 ст. ложки, дрожжи сухие – 17 г, яйца – 2 шт., желток – 2 шт., молоко – 250 мл, яйцо – 1 шт. для смазки, соль – 1/4 ч. ложки, мука для подготовки теста – 200 г, масло растительное для смазки – 30 мл

Для начинки:

творог – 1 кг, сахарный песок – 5 ст. ложек, яйцо – 1 шт., ванильный сахар – 1 пакетик, красная смородина – 1 стакан

Муку соединить с сухими дрожжами, остальные продукты смешать, всыпать муку с дрожжами. Замесить плотное, но не очень крутое тесто. В кастрюлю налить холодной воды. Опустить тесто в кастрюлю с холодной водой и поставить в холодильник на 30 минут. Вынуть тесто из воды, подсыпать мукой. Разделить на 2 части и убрать в морозильную камеру на 30 минут.

Приготовление начинки: творог размять, всыпать сахар, вбить яйцо, всыпать ванильный сахар, все перемешать до однородной массы, всыпать стакан ягод и еще перемешать.

Тесто вынуть из морозильной камеры. На столе, посыпанном мукой, раскатать большой пласт и уложить его на смазанный маслом противень. Уложить начинку, отступив от края пласта 1 см, края смазать яйцом. Раскатать второй пласт и накрыть им пирог. Лишнее тесто обрезать, края защипнуть, пирог наколоть вилкой. Весь пирог смазать яйцом.

Из обрезков теста раскатать ленточки, сделать насечки с двух сторон наискось и уложить ленточки на пирог. В центр поместить розочки. Для этого ленточки, не разрезая, свернуть в маленький рулет и уложить на смазанный яйцом пирог. Выпекать пирог в духовом шкафу при температуре 180 °С в течение 50 минут. Готовый пирог смазать растительным маслом.

По этому рецепту можно приготовить пирог с любой начинкой.

ПИРОЖНОЕ «КАРТОШКА»

...

сахар – 100 г, молоко – 125 мл, какао-порошок – 10 г, сухари ванильные – 150 г, масло сливочное – 100 г, орехи грецкие – 7 шт.

Для обсыпки:

смесь сахарной пудры, какао-порошка, и измельченных орехов

Орехи очистить и измельчить.

Ванильные сухари истолочь или пропустить через мясорубку вместе с орехами.

Молоко вылить в посуду и поставить на огонь. Размешать сахар с какао-порошком и влить в молоко. Проварить, пока не растворится сахар. Всыпать сухари с орехами, добавить сливочное масло. Хорошо размешать и снять с огня.

Из полученной массы сделать шарики и обкатать их в смеси из сахарной пудры, измельченных орехов и какао-порошка.

Готовые пирожные поместить в холодильник. Подавать на стол к чаю.

ПУДИНГ ШОКОЛАДНЫЙ

...

шоколад – 40 г, сливки – 75 мл,
сахар – 20 г, масло сливочное – 25 г,
мука пшеничная – 30 г, яйцо – 1 шт.
(1/2 желтка и 1 белок)

Шоколад натереть на крупной терке, развести теплыми сливками. Желток растереть с сахаром и соединить с разведенным шоколадом. Масло размягчить, смешать с мукой и соединить с шоколадно-желтковой массой. Полученную массу нагреть, непрерывно помешивая и не допуская кипения, и процедить. Затем остудить, соединить со взбитыми в пену белками, выложить в форму и запечь в духовом шкафу.

СОУС ШОКОЛАДНЫЙ

...

молоко – 170 мл, шоколад – 20 г, сахар – 40 г, яйцо (желток) – 1 шт., мука пшеничная – 10 г, сахар ванильный – 0,6 г

Шоколад натереть на крупной терке. Яичный желток растереть с сахаром и смешать с натертым шоколадом.

Муку, помешивая, слегка обжарить на сковороде, охладить и соединить с шоколадно-желтковой массой.

КИСЕЛЬ ИЗ ТЫКВЫ С ЯБЛОКАМИ

...

тыква – 50 г, яблоки – 25 г, сахар – 20 г, вода – 200 мл, крахмал картофельный – 10 г, лимонный сок – 5 мл

Тыкву и яблоки вымыть, очистить и нарезать дольками. Вскипятить воду и опустить в нее нарезанные тыкву и яблоки. Сварить их до мягкости. Отлить небольшую часть отвара, охладить и развести в ней крахмал. Остальной отвар протереть вместе с тыквой и яблоками через сито.

Всыпать в протертый отвар сахар, довести до кипения, влить, помешивая, разведенный и процеженный крахмал и добавить лимонный сок. Вновь довести до кипения и снять с огня.

Готовый кисель охладить, вылить в стакан и подавать на стол.

САЛАТ ИЗ РЕВЕНЯ

...

стебли ревеня – 50 г, морковь – 50 г, мед – 20 г, сметана – 30 г, зелень петрушки, укропа – 5 г

Ревень вымыть, очистить и нарезать тонкими ломтиками поперек стебля. Перемешать с медом и поставить на 30 минут в прохладное место.

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке. Зелень промыть, дать стечь воде. Морковь смешать с ревенем, заправить салат медом, сметаной и посыпать измельченной зеленью.

ПАСТИЛА ИЗ РЕВЕНЯ

...

ревень (черешки) – 500 г, сахар – 500 г

Черешки ревеня вымыть, очистить, нарезать и смешать с сахаром. Варить на слабом огне до загустения. Затем остудить, протереть через сито на смазанную маслом сковороду слоем 3 – 4 см. Поставить в духовой шкаф и подсушить. Снять со сковороды, нарезать полосками или ромбиками, обсыпать сахаром и хранить в стеклянных банках.

КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ

...

ревень – 100 г, сахар – 20 г, вода – 100 мл

Черешки ревеня вымыть, очистить от кожицы и нарезать на кусочки. Вскипятить воду с сахаром и опустить в нее ревень. Когда он станет мягким, снять компот с огня и охладить. Вылить в чашку и подавать на стол.

ПАСТИЛА ИЗ АЙВЫ

...

Вареная айва – 1 кг, яблоки – 200 – 300 г, сахар – 400 г, сок 1 лимона

Не очень крупную айву вымыть, разрезать на 4 части, удалить сердцевину, залить водой и поставить варить. Яблоки вымыть, тоже разрезать на 4 части, удалить сердцевину и добавить к айве. Варить, пока фрукты не станут мягкими. Затем протереть их через сито, добавить сахар и сок лимона. Опять поставить варить, все время помешивая, пока масса не загустеет. Когда пастила сварится, выложить ее на смоченную водой доску и разровнять смоченным в воде широким ножом, чтобы получился пласт толщиной 1 см. Прикрыть марлей и поставить в сухое, хорошо проветриваемое место на 1 – 2 дня. Когда пастила высохнет, нарезать ее ромбиками, обвалять в сахаре, сложить в банки и плотно закрыть их. Пастила может храниться долгое время.

САЛАТ ИЗ АЙВЫ С ДЫНЕЙ

...

айва – 1 шт., дыня – 200 г, ананасовый сок – 10 мл, сливки – 25 мл, сахар – 40 г

Дыню и айву вымыть, очистить. Дыню нарезать кубиками, айву натереть на крупной терке, перемешать и выложить в салатницу. Взбить сливки с сахаром, смешать с ананасовым соком и приправить этой смесью салат.

КОМПОТ ИЗ СЛИВ

...

сливы – 100 г, сахар – 15 г, вода – 100 мл

Вскипятить воду. Спелые сливы вымыть, наколоть вилкой и опустить в кипящую воду. Когда сливы станут мягкими, вынуть их, разрезать пополам, снять кожицу и удалить косточки.

Всыпать в отвар сахар, положить в него сливы и довести до кипения. Готовый компот охладить.

ЧЕРНИКА С МОЛОКОМ

...

ягоды черники – 50 г, молоко – 100 мл, сахар – 5 г

Свежие ягоды черники перебрать, промыть в холодной кипяченой воде и положить в стакан с охлажденным кипяченым молоком. Добавить сахар, перемешать и подавать на стол.

ЗАПЕКАНКА ЯБЛОЧНАЯ

...

яблоки – 300 г, сахар – 40 г,
масло сливочное – 20 г

Яблоки вымыть, очистить, нарезать ломтиками.

Небольшую сковороду смазать маслом и выложить на нее половину ломтиков яблок ровным слоем. Посыпать их сахаром, выложить остальные яблоки, полить сверху маслом и посыпать сахаром. Запечь в духовом шкафу.

КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК

...

яблоки – 100 г, сахар – 10 г, крахмал картофельный – 10 г, вода – 200 мл

Яблоки вымыть, обдать кипятком, натереть на терке и выжать сок через марлю. Слить сок в отдельную посуду и поставить в холодильник.

Яблочные выжимки положить в кастрюлю, залить кипятком и варить в течение 10 минут.

Процедить отвар, отлить 50 мл, охладить и развести в нем крахмал. В остальной отвар добавить сахар, поставить опять на огонь, довести до кипения и влить, помешивая, разведенный крахмал. Опять довести до кипения, охладить и влить в готовый кисель отжатый яблочный сок.

МОРС ЯБЛОЧНЫЙ

...

яблочный сок – 200 мл, сахар – 100 г, вода – 1 л

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и отжать сок. Поставить его на время в холодильник. Выжимки и кожуру залить горячей водой, довести до кипения и проварить в течение 3 – 5 минут. Затем настоять 10 – 15 минут, процедить, добавить сахар и вновь довести до кипения. Снять с огня, охладить и добавить отжатый сок.

ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ

...

яблоки – 150 г, вода – 100 мл,
сахар – 15 г

Яблоки вымыть, разрезать на кусочки, удалив сердцевину. Положить в кастрюлю, залить кипятком и накрыть кастрюлю крышкой. Когда яблоки станут мягкими, протереть их через сито, добавить сахар и уварить массу, чтобы получилось густое пюре.

ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ

...

яблоки – 150 г, сахар – 15 г,
сахарная пудра – 20 г

Яблоки вымыть, удалить сердцевину с семенами и положить на сковороду. Заполнить углубление сахаром. На дно сковороды налить немного воды и запечь в духовом шкафу до готовности (15 – 25 минут, в зависимости от сорта яблок).

Печеные яблоки можно посыпать сахарной пудрой.

Подавать на стол в теплом или остуженном виде.

МУСС ИЗ АРБУЗА

...

мякоть арбуза – 300 г, сахар – 30 г, желатин – 10 г, лимонный сок – 5 мл

Желатин предварительно замочить в холодной воде на 30 минут. Отжать из мякоти арбуза сок при помощи соковыжималки. Добавить к нему сахар и лимонный сок и довести смесь до кипения. Растворить в ней набухший желатин и снять с огня. Охладить массу до 30 – 35 °С, взбить, выложить в вазочки и снова охладить перед подачей на стол.

МУСС БАНАНОВЫЙ

...

бананы – 100 г, сахар – 40 г,
желатин – 7 г, вода – 150 мл,
лимонный сок – 5 мл

Желатин замочить на 30 минут в холодной воде.

Мякоть спелых бананов растереть с 10 г сахара до получения однородной массы. Из остального сахара сварить сироп на воде. Довести его до кипения и растворить в нем набухший желатин. Вновь довести до кипения, добавить лимонный сок, снять с огня и охладить до 45 – 50 °С. Смешать с банановым пюре, тщательно взбить, переложить в вазочку и охладить перед подачей на стол.

САНДИ БАНАНОВЫЙ

...

мороженое сливочное – 50 г, сок апельсиновый – 30 мл, банан – 1/3 шт.

Санди – разновидность айс-крима (напитка, главной составной частью которого является мороженое). Его основу составляет мороженое, разбавленное сиропом и украшенное свежими или консервированными фруктами. Этот десерт был изобретен в американском штате Массачусетс, когда там запретили потреблять по воскресеньям все напитки, в том числе и безалкогольные. Американцы «обошли» закон и стали подавать свой излюбленный напиток айс-крим без содовой воды – это же не считалось «напитком». Новый десерт они назвали «санди» – от английского «Sunday» (воскресенье).

Чтобы приготовить банановый санди, следует положить в вазочку сливочное мороженое. Банан очистить, нарезать тонкими колечками и покрыть им и мороженое. Сверху полить апельсиновым соком.

ПАРФЕ БАНАНОВОЕ

...

бананы – 20 г, сливки – 130 г, сахар – 30 г, молоко – 30 мл, яйцо (желток) – 1 шт., ванилин – 0,01 г

Яичный желток растереть с сахаром и ванилином, развести горячим молоком, проварить, все время помешивая, до загустения и охладить.

Очень спелый банан растереть до пюреобразного состояния и соединить с яично-молочной смесью.

Охлажденные сливки взбить в пышную пену, осторожно перемешать с подготовленной массой, выложить в форму и заморозить.

Готовое парфе можно украсить сверху взбитыми сливками.

САЛАТ ИЗ БАНАНОВ С ОРЕХАМИ И СМЕТАНОЙ

...

банан – 1 шт., орехи измельченные – 1/2 ст. ложки, сметана – 20 г

Банан очистить, разрезать вдоль, посыпать орехами. Сметану взбить и нанести аккуратно сверху на банан.

КИСЕЛЬ ИЗ АНАНАСОВОГО СОКА

...

сок ананасовый – 50 мл, сахар – 20 г, крахмал картофельный – 1/2 ч. ложки, вода – 100 мл

Воду вскипятить, всыпать сахар и сварить сахарный сироп. Крахмал развести в половине нормы сока и влить, помешивая, в кипящий сироп. Довести смесь вновь до кипения, влить оставшийся сок, хорошо размешать и снять с огня.

Кисель подавать на стол в охлажденном виде.

КОМПОТ БАНАНОВЫЙ

...

бананы – 50 г, вода – 250 мл,
сахар – 40 г

Бананы очистить, нарезать кружочками. Воду вскипятить, всыпать сахар, положить нарезанные кружочками бананы и сварить компот на медленном огне в течение 20 минут.

ЯБЛОКИ, ПЕЧЕННЫЕ С БРУСНИКОЙ

...

яблоки – 200 г, брусника – 50 г,
сахар – 50 г, сахарная пудра – 5 г

Яблоки вымыть и вырезать сердцевину. Бруснику вымыть, выложить на сито, дать стечь воде, перемешать с сахаром, заполнить ею яблоки. Выложить их на сковороду, добавить немного воды и запечь.

ЗЕФИР ЯБЛОЧНЫЙ

...

яблочное пюре – 400 г, сахар – 400 г, яичные белки – 3 шт.

Смешать все продукты и взбить в пышную пену. Разложить взбитую массу в заранее приготовленные из пергамента маленькие коробочки и на листе поставить в духовой шкаф на очень маленький огонь (110 ˚С) на 20 минут. Когда зефир окрепнет, вынуть его из духовки, снять бумагу и остывшим подавать с холодным молоком.

КИСЕЛЬ ВИШНЕВЫЙ

...

вишни – 30 г, сахар – 30 г, вода – 200 мл, крахмал картофельный – 10 г

Вишни вымыть в холодной кипяченой воде, удалить косточки и засыпать сахаром. Через 30 минут отжать вишни и процедить сок. Хранить его в закрытой посуде в холодильнике, пока не будет сварен кисель. Выжимки залить горячей водой, довести до кипения и процедить. 50 мл отвара охладить и развести в нем крахмал. Остальной отвар довести до кипения и влить, помешивая, процеженный крахмал. Вновь довести до кипения и снять с огня. Готовый кисель охладить, помешивая, и влить в него отжатый сок.

МАРМЕЛАД ИЗ ДЫНИ

...

дыня – 500 г, сахар – 500 г, вода – 50 мл, сахарная пудра – 20 г

Дыню очистить от корки и семечек, разрезать на кусочки, положить в посуду, залить водой и сварить на медленном огне до мягкости. Затем вынуть и протереть через сито.

В воду, в которой варилась дыня, добавить сахар и продолжать кипятить, снимая пену. Когда сироп будет готов, положить в него дынное пюре и уварить до полной густоты. Остудить и разрезать на кусочки. Пересыпать сахарной пудрой. Такой мармелад может храниться несколько месяцев.

МУСС ИЗ ДЫНИ

...

дыня – 100 г, сахар – 80 г,
желатин – 8 г, вода – 100 мл,
лимонный сок – 5 мл

Желатин замочить на 30 минут в холодной воде. Дыню очистить от кожуры и семян, нарезать кусочками и измельчить в миксере до получения однородной массы.

Вскипятить воду, всыпать сахар и сварить сахарный сироп. Добавить в него лимонный сок, довести до кипения и опустить в него дынную массу и набухший желатин. Размешать, довести до кипения, снять с огня и охладить до 40 ˚С. Взбить до получения однородной пышной пенистой массы и вылить готовый мусс в вазочку. Охладить и подавать на стол.

ПУДИНГ ГРУШЕВЫЙ

...

груши – 200 г, крупа манная – 40 г, молоко – 200 мл, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 20 г, сахар – 40 г, орехи – 4 г, изюм – 15 г, сок лимонный – 5 мл, корица – 3 г, соль – 2 г, соус фруктовый – 30 г

Изюм перебрать и тщательно промыть. Орехи измельчить. Взбить яичный белок.

Молоко вскипятить, всыпать просеянную манную крупу, посолить и сварить манную кашу. Добавить желток, сливочное масло (половину нормы), подготовленные изюм и орехи, корицу и влить лимонный сок. Хорошо перемешать и осторожно ввести взбитый белок, размешивая сверху вниз.

Груши вымыть, очистить и удалить сердцевину, нарезать мелкими кусочками.

Смазать маслом форму и выложить на нее слоями груши и подготовленную кашу, чередуя их. Нижний слой должен быть из груш, а верхний – из каши. Поверхность разровнять, сбрызнуть оставшимся растопленным маслом и выпечь пудинг в духовом шкафу. Готовый пудинг можно полить фруктовым соусом.

ЗЕМЛЯНИКА С РИСОВОЙ КАШЕЙ

...

каша рисовая – 100 г, земляника – 50 г, сахар или мед – 25 г

Землянику промыть холодной кипяченой водой, выложить на сито. Когда вода стечет, перемешать ее с готовой горячей кашей, добавив сахар или мед.

Подавать на стол в горячем виде.

ЗЕМЛЯНИКА С ТВОРОГОМ

...

ягоды земляники – 60 г, творог – 50 г, молоко – 20 мл, лимонный сок – 5 мл, сахар – 10 г

Ягоды земляники промыть холодной кипяченой водой. Половину ягод выложить на блюдце и немного посыпать сахаром. Растереть мягкий творог с сахаром, молоком и лимонным соком. Взбить его до пенообразного состояния и выложить на землянику в блюдце. Сверху положить вторую половину ягод. Хорошо охладить и подавать на стол.

КИСЕЛЬ ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ

...

земляника – 20 г, сахар – 20 г, вода – 200 мл, крахмал картофельный – 10 г, сок лимонный – 3 мл

Землянику перебрать, удалить плодоножки, промыть в холодной кипяченой воде, выложить на дуршлаг, чтобы стекла вода. Затем протереть ягоды через сито и, пока готовится кисель, поставить земляничное пюре в холодильник.

Вскипятить воду, залить выжимки и варить их в течение 5 минут. Отвар процедить. 50 мл отвара остудить и развести в нем крахмал. В остальной отвар добавить сахар и лимонный сок, довести до кипения и, размешивая, влить в него разведенный крахмал.

КИСЕЛЬ КЛУБНИЧНЫЙ

...

клубника – 20 г, сахар – 20 г, вода – 200 мл, крахмал картофельный – 10 г, сок лимонный – 3 мл

Клубнику перебрать, удалить плодоножки, промыть в холодной кипяченой воде, выложить на дуршлаг, чтобы стекла вода. Затем протереть ягоды через сито. Клубничное пюре поставить на время в холодное место.

Вскипятить воду, залить выжимки и варить их в течение 5 минут.

Отвар процедить. 50 мл отвара остудить и развести в нем крахмал. В остальной отвар добавить сахар и лимонный сок, довести до кипения и, размешивая, влить в него разведенный крахмал. Вновь довести до кипения и снять с огня. Немного остудить, добавить клубничное пюре и хорошо перемешать.

Готовый кисель вылить в чашку и охладить.

НАПИТОК КЛУБНИЧНЫЙ

...

клубника – 150 г, молоко – 100 мл, сахар – 20 г

Клубнику вымыть холодной кипяченой водой, очистить, протереть через волосяное сито.

Вскипятить молоко с сахаром, охладить, влить в клубничное пюре и размешать в миксере.

МОРС КЛЮКВЕННЫЙ

...

клюква – 50 г, сахар – 30 г, вода – 200 мл

Клюкву перебрать, промыть в холодной кипяченой воде, размять деревянным пестиком в фарфоровой посуде. Отжать сок. Выжимки залить водой, довести до кипения и процедить. В горячий отвар всыпать сахар, размешать и охладить. В охлажденный морс влить отжатый клюквенный сок.

КОНФЕТЫ ИЗ КЛЮКВЫ

...

клюква – 0,5 кг, сахарная пудра – 100 г, яйцо (белок) – 1 шт., лимонный сок – 5 мл

Отобрать крупные ягоды клюквы, промыть их в холодной кипяченой воде, выложить в дуршлаг или сито, дать стечь воде, затем подсушить. Белок растереть добела с сахарной пудрой, влить лимонный сок и взбивать до загустения. Обвалять клюкву в этой массе и посыпать сверху сахарной пудрой. Смазать жиром блюдо и выложить на него ягоды клюквы в один слой. Когда ягоды подсохнут, выложить их в чистую банку и хранить в сухом прохладном месте.

КРЫЖОВНИК ПОД СМЕТАННЫМ СОУСОМ

...

крыжовник – 200 г, сахар – 60 г, сметана – 80 г, яйцо (желток) – 1/2 шт., масло сливочное – 5 г

Ягоды крыжовника вымыть, очистить и обсушить. Пересыпать половиной нормы сахара и выложить в глубокую посуду, смазанную маслом.

Сметану растереть с желтком и оставшимся сахаром и залить ею крыжовник.

Запечь в духовом шкафу. На стол подавать со стаканом кипяченого молока.

СУФЛЕ ИЗ КРЫЖОВНИКА

...

крыжовник – 200 кг, сахар – 50 г, цедра 1/5 лимона, мука – 5 г, яйцо – 1 шт.

Крыжовник промыть, очистить, залить небольшим количеством воды и проварить до мягкости, добавив цедру лимона. Затем протереть его через сито. Растереть желток с сахаром, влить смесь в ягодное пюре и проварить в течение 5 минут, непрерывно помешивая. Снять с огня и ввести взбитые в пену белки. Полученную массу выложить в смазанную маслом форму и запекать в духовом шкафу на слабом огне в течение 30 минут.

ПУДИНГ ЛИМОННЫЙ

...

лимон – 1/4 шт., мука пшеничная – 25 г, сахар – 40 г, масло сливочное – 25 г, сухари молотые – 50 г, яйцо – 1/2 шт., соль – 1 г

Лимон вымыть, обдать кипятком, теркой снять с него цедру.

Взбить яйцо с сахаром. Размягченное сливочное масло перемешать с просеянными сухарями, мукой и солью. Добавить взбитое яйцо, лимонный сок и цедру. Все тщательно перемешать.

Смазать маслом форму, выложить пергаментной бумагой и переложить в нее подготовленную массу. Закрыть форму крышкой и варить пудинг на водяной бане в течение l,5 часа.

КИСЕЛЬ ИЗ МАЛИНЫ

...

малина – 20 г, сахар – 15 г, вода – 200 мл, крахмал картофельный – 10 г, сок лимонный – 3 мл

Малину перебрать, удалить плодоножки, промыть в холодной кипяченой воде, выложить на дуршлаг, чтобы стекла вода. Затем протереть малину через сито. Ягодное пюре поставить в холодильник.

Вскипятить воду, залить выжимки и варить их в течение 5 минут.

Отвар процедить. 50 мл отвара остудить и развести в нем крахмал. В остальной отвар добавить сахар и лимонный сок, довести до кипения и, размешивая, влить в него разведенный крахмал. Вновь довести до кипения и снять с огня. Немного остудить, добавить пюре из малины и тщательно перемешать.

Готовый кисель вылить в чашку и охладить.

САЛАТ ИЗ МАНДАРИНОВ С ЯБЛОКАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ

...

мандарины – 2 шт., яблоко – 1 шт., чернослив – 50 г, сметана – 70 г, сахарная пудра – 5 г

Яблоко вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать крупной соломкой. Мандарины разделить на дольки. Чернослив хорошо промыть, немного отварить, охладить и нарезать дольками. Все фрукты перемешать и заправить сметаной. Посыпать сверху сахарной пудрой и украсить черносливом

КОМПОТ ИЗ ОБЛЕПИХИ С ЯБЛОКАМИ

...

облепиха – 40 г, яблоки – 40 г,
сахар – 30 г, вода – 100 мл

Этот компот можно рекомендовать для детского диетического питания.

Сварить сахарный сироп. Ягоды облепихи вымыть холодной кипяченой водой, яблоки вымыть, очистить от кожуры и семян и мелко нарезать. Положить их в посуду и залить сахарным сиропом. Варить до готовности. При необходимости можно добавить сахар по вкусу.

ЧЕРНОСЛИВ, ФАРШИРОВАННЫЙ ТВОРОГОМ

...

чернослив – 250 г, творог – 80 г, яйцо – 1/2 шт., сахар – 40 г, масло сливочное – 20 г, сметана – 80 г

Чернослив тщательно промыть, залить небольшим количеством воды и оставить на 2 – 3 часа для набухания.

Растереть творог с сахаром и яйцом. Вынуть из чернослива косточки, начинить его творожной массой, выложить на сковороду, смазанную маслом, залить сметаной и запечь.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом.

ЖЕЛЕ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

...

ягоды черной смородины – 50 г, сахар – 30 г, вода – 200 мл, желатин – 7 г

Желатин замочить в холодной кипяченой воде на 30 минут.

Тем временем перебрать ягоды и промыть их в проточной воде в дуршлаге. Обдать кипятком, размять деревянным пестиком и отжать сок через чистую марлю.

Выжимки залить кипятком, прокипятить и процедить через сито. Разбухший желатин откинуть на сито. Ягодный отвар поставить на огонь, положить сахар и желатин и, помешивая, довести до кипения. Охладить, влить отжатый сок, размешать и вылить желе в формочку или вазочку. Поставить в холодильник.

Когда желе застынет (через 1 – 2 часа), опустить форму на несколько секунд в горячую воду, вынуть, быстро обтереть полотенцем и, накрыв блюдцем, перевернуть и слегка встряхнуть.

ЧЕРНИЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

...

морс черничный – 30 г, мороженое сливочное – 50 г, сироп малиновый – 10 мл, фрукты консервированные – 50 г

Положить в фужер фрукты, добавить мороженое, полить его малиновым сиропом и черничным морсом.

ЧЕРНИЧНЫЙ КРЕМ

...

ягоды черники – 150 г, сливки – 50 мл, сахар – 40 г, сок лимонный – 3 мл, корица – 2 г

Ягоды черники перебрать, хорошо промыть в холодной кипяченой воде и взбить в миксере вместе со сливками и сахаром. Добавить лимонный сок и немного корицы. Взбивать в течение 1 минуты. Готовый крем вылить в стакан и подавать на стол.

МАРМЕЛАД ИЗ ЧЕРНИКИ (заготовка на зиму)

...

ягоды черники – 1 кг, сахар – 0,5 кг

Очень спелые ягоды черники перебрать, промыть, выложить в дуршлаг, чтобы стекла вода. Затем протереть их через сито. Добавить сахар и сварить в эмалированной посуде до загустения. В горячем виде выложить в стерильные банки, закатать.

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ

...

смородина (красная или черная) – 30 г, сахар – 15 г, вода – 200 мл, крахмал картофельный – 10 г

Смородину перебрать, промыть на сите или в дуршлаге проточной водой. Размять ягоды деревянным пестиком. Добавить две столовые ложки холодной кипяченой воды и отжать сок через марлю. Поставить его в закрытой посуде в холодное место.

Выжимки залить 200 мл кипятка, довести до кипения, а затем процедить отвар. 50 мл отвара охладить, развести в нем крахмал. В остальной отвар добавить сахар и довести до кипения. Влить, помешивая, разведенный процеженный крахмал и опять довести до кипения.

Готовый кисель охладить, периодически помешивая, чтобы на поверхности не образовалась пленка, и влить отжатый сок.

КОМПОТ ИЗ ПЕРСИКОВ

...

персики – 250 г, вода – 1 л,
сахарный песок – 1/2 стакана

Персики опустить на 1 – 2 минуты в кипяток. Вынуть шумовкой и осторожно очистить от кожицы. Каждый персик разрезать пополам, вынуть косточку. Добавить в кипяток сахарный песок, после чего положить очищенные персики. Варить 5 минут. Охладить. В компот из персиков можно добавить ванилин на кончике ножа.

ПЕРСИКИ В КРЕМЕ

...

персики – 600 г, ядра грецких орехов – 200 г, сахар (для сиропа) – 400 г

Для крема:

молоко – 600 мл, яичные желтки – 250 г, сахар – 100 г, масло сливочное – 200 г, мука – 50 г, ванилин – 3 г

Персики вымыть, опустить на 2 минуты в кипяток, удалить кожицу, разрезать пополам, вынуть косточки. Сварить сахарный сироп на воде, опустить в него персики и варить, пока они не станут прозрачными.

Приготовление крема: растереть желтки с сахаром, добавить муку, сливочное масло, молоко, все размешать. Варить крем на водяной бане, непрерывно помешивая, пока не загустеет. Орехи поджарить, измельчить. В огнеупорную форму выложить крем, чередуя слоями с персиками и орехами, и запечь в духовом шкафу.

КИСЕЛЬ ИЗ ШИПОВНИКА

...

шиповник сушеный – 20 г, сахар – 25 г, вода – 250 мл, крахмал картофельный – 10 г, сок лимонный – 5 мл

Плоды шиповника перебрать, промыть, залить кипятком и настоять в течение 2 – 3 часов. Часть настоя слить, процедить, охладить и развести в нем крахмал. Остальной настой вместе с ягодами протереть через сито, процедить через марлю и отжать. Довести его до кипения, всыпать сахар, растворить его и влить, размешивая, процеженный разведенный крахмал. Добавить лимонный сок и размешать.

Готовый кисель охладить, вылить в стакан и подать на стол.

КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА С СУХОФРУКТАМИ

...

сухофрукты (яблоки, груши, курага, чернослив, вишни, изюм) – 30 г, сухие плоды шиповника – 5 г, сахар – 10 г, вода – 200 мл

Сухофрукты хорошо промыть несколько раз теплой водой и залить холодной водой для набухания. Через несколько часов поставить в той же воде на огонь и довести до кипения.

Шиповник тщательно промыть, очистить от семян и волосков, раздробить и добавить в кипящий компот. Всыпать сахар, немного проварить и снять с огня.

Готовый компот охладить и подавать на стол.

НАПИТОК «ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ»

...

отвар шиповника – 50 мл, сок клюквенный – 50 мл, сок черносмородиновый – 50 мл, сахар – 10 г

В крепкий отвар шиповника влить клюквенный и черносмородиновый соки, добавить сахар и перемешать. Перед подачей слегка охладить.

НАСТОЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА

...

плоды шиповника (сухие) – 20 г,
вода – 200 мл

Сухие плоды шиповника хорошо промыть, обдать кипятком, измельчить так, чтобы зерна остались целыми, и очистить от волосков. Залить 200 мл кипятка, довести до кипения и варить, закрыв посуду крышкой, в течение 10 минут. Затем настоять 2 – 3 часа в закрытой посуде и процедить через три слоя марли.

При таком заваривании в настой переходит до 90% витамина С. Доза для детей – 70 – 100 г на прием.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ

...

яблоки – 1,1/2 кг, творог – 500 г, изюм – 1,1/2 стакана, масло сливочное – 90 г, яйца – 8 шт., крупа манная – 2 ст. ложки, сметана – 1,1/2 стакана, сахар – 1/2 стакана

Творог размять, смешать с манной крупой, изюмом, сахаром, желтками и растопленным маслом. Из яблок удалить сердцевину, заполнить яблоки фаршем и запечь в духовом шкафу.

Подавать фаршированные яблоки со сметаной и сахаром.

КОКТЕЙЛЬ «ДЮЙМОВОЧКА»

...

яблочное пюре – 30 г, кефир – 70 мл, варенье клубничное – 20 г, ягоды черной смородины, (консервированные) – 20 г, кубик льда – 1 шт.

В течение 3 минут взбить в миксере кефир, яблочное пюре и варенье. Положить на дно бокала кубик льда, влить напиток и украсить сверху ягодами смородины. Подавать с соломинками и хрустящими вафлями.

ПУДИНГ ЯБЛОЧНЫЙ

...

яблоки – 200 г, сахар – 40 г, мука пшеничная – 50 г, масло сливочное, сметана – 10 г, молоко – 30 мл, яйцо – 1/2 шт., сухари молотые – 5 г, соль – 1 г

Яблоки вымыть, очистить от кожицы, вынуть сердцевину, нарезать кубиками и немного протушить на сковороде со сливочным маслом. Добавить 30 г сахара.

Яйцо взбить с оставшимся сахаром и сметаной, посолить, добавить холодное молоко и просеянную муку. Размешать, чтобы получилось тесто ровной консистенции.

В тесто положить подготовленные яблоки, размешать и выложить его в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Запечь в духовом шкафу в течение 30 минут.

ЦУКАТЫ ИЗ АРБУЗА, ДЫНИ, ТЫКВЫ

...

корки арбуза, дыни, тыквы – 1 кг
Для сиропа:
сахар – 1,1/2 кг, лимонная кислота – 1 ч. ложка, ванилин – на кончике ножа

Очистить корки от мякоти и разрезать на небольшие кубики. Варить их в кипящей воде, пока не станут мягкими. Затем опустить в горячий сахарный сироп (1,1/2 кг сахара на 4 стакана воды) и дать 8 – 10 часов постоять, затем варить еще 10 минут, снова дать постоять. Так повторить 3 – 4 раза, пока корки не станут прозрачными.

В конце добавить лимонную кислоту и ванилин. Откинуть горячие корки на сито, дать стечь сиропу, а затем пересыпать сахарным песком, перемешать и, встряхивая, удалить лишний сахар.

Можно подсушить цукаты в негорячем духовом шкафу.

ЯБЛОЧНОЕ СУФЛЕ

...

яблоки – 300 г, яйца (белки) – 6 шт., сахарный песок – 1 стакан, масло сливочное – 1 ст. ложка, сахарная пудра – 2 ст. ложки, молоко или сливки – 3/4 стакана

Яблоки вымыть, очистить, разрезать на 4 части, удалить сердцевину и семена, положить на противень или в неглубокую кастрюлю и, подлив немного воды, запечь в духовом шкафу. Готовые яблоки охладить и протереть через сито. В полученное яблочное пюре добавить сахарный песок и, непрерывно помешивая, проварить до загустения. В горячую смесь добавить взбитые белки, все время помешивая. Небольшую сковороду смазать маслом, уложить на нее горкой суфле, подровнять и запечь в духовом шкафу.

Перед подачей на стол посыпать сахарной пудрой. Отдельно к суфле можно подать молоко или сливки.

ПИРОГ ЯБЛОЧНЫЙ

...

яблоки – 5 шт., сахар – 600 г, мука – 200 г, яйца – 5 шт., сухари молотые – 50 г, масло сливочное – 100 г, цукаты апельсиновые и лимонные – 100 г, миндаль – 100 г

Яблоки вымыть, очистить и нарезать ломтиками. Растереть 200 г сахара с яйцами и сливочным маслом, добавить муку. Размешать до однородной массы. Выложить эту массу на противень, смазанный маслом, разровнять, посыпать сухарями. Сверху выложить ломтики яблок, цукаты, миндаль, обсыпать сухарями и запечь в духовом шкафу.

ШАРЛОТКА ЯБЛОЧНАЯ

...

яблоки – 200 г, молоко – 40 мл, хлеб пшеничный (без корки) – 100 г, сахарный сироп – 30 г, масло сливочное – 15 г, яйцо – 1/2 шт., соус (яблочный или абрикосовый) – 50 г, соль – 1,5 г

Яблоки вымыть, очистить от сердцевины и семян, нарезать кубиками, положить в посуду, залить половиной нормы сахарного сиропа, добавить сливочное масло и протушить до мягкости.

Яйцо взбить с оставшимся сахарным сиропом, развести холодным молоком.

Хлеб нарезать ломтиками толщиной 0,5 см, смочить их в яично-молочной смеси. Смазать маслом форму и выложить ее изнутри ломтиками хлеба. Середину заполнить яблочной массой, накрыть ее сверху ломтиками хлеба и поставить в духовой шкаф. Выпекать в течение 20 минут.

При подаче на стол шарлотку выложить на тарелку и полить яблочным или абрикосовым соусом.

АЙВА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ

...

айва отваренная – 3 стакана, цукаты из апельсиновых корок – 1/2 стакана, сахар – 1 стакан, сметана – 1,1/2 стакана, яйца – 2 шт., мука – 1 ч. ложка, ванилин – по вкусу

Очищенную, нарезанную крупными кубиками айву залить кипятком и отварить до мягкости. Апельсиновую корку, замоченную в большом количестве холодной воды за несколько дней до приготовления (причем воду необходимо менять ежедневно), хорошо промыть и отварить в большом количестве воды до мягкости, снова промыть холодной водой, порубить и отварить, как варенье, в сиропе из расчета 3/4 стакана сахара на 1 стакан измельченной корки. Хранить корки в сиропе. Так вообще хранят апельсиновые корки. 1/2 стакана таких цукатов без сиропа смешать с отваренной айвой, разложить на эмалированном или огнеупорном стеклянном блюде, залить соусом, поставить в духовой шкаф и запечь. Сладкое подавать в той же посуде в холодном виде.

Приготовление соуса: взбить яйца с сахаром, добавить муку, сметану и ванилин.

ЩЕРБЕТ ЯБЛОЧНЫЙ

...

мороженое апельсиновое – 50 г, сок яблочный – 100 мл, сок вишневый – 50 мл

Смешать в миксере яблочный и вишневый соки. Положить в стакан мороженое и вылить смесь соков. Не размешивать. Подавать с ложечкой.

ЧЕРНОСЛИВ В СМЕТАНЕ

...

чернослив – 175 г, сметана – 150 г, сахарная пудра – 125 г, орехи – 50 г

Орехи очистить и измельчить. Чернослив тщательно промыть, залить водой и нагреть до кипения. Снять с огня и оставить на 1 – 1,5 часа для набухания. Сметану растереть с сахарной пудрой и 25 г орехов. Затем вынуть из чернослива косточки, выложить его в вазочку и залить сметаной. Сверху посыпать оставшимися орехами.

ХУРМА В СМЕТАНЕ

...

хурма – 100 г, сметана – 40 г, лимон (сок и цедра) – 1/5 шт., сахар – 50 г, яйцо – 1 шт., мука – 20 г, сахарная пудра – 5 г

Хурму вымыть, положить в посуду, залить небольшим количеством горячей воды и сварить, добавив цедру, сок лимона и 30 г сахара.

Тем временем приготовить сметанный соус: растереть яйцо с оставшимся сахаром, мукой и сметаной до однородной массы.

Отваренную хурму вынуть, удалить косточки, залить сметанным соусом и запечь в духовом шкафу.

Перед подачей на стол посыпать сахарной пудрой.

СУП ИЗ ЯБЛОК С РИСОМ

...

яблоко – 1 шт., рис – 1 ст. ложка, сахарный сироп – 1 ст. ложка, сливки – 1/4 стакана, сметана – 1 ст. ложка, раствор соли – 1/2 ч. ложки

Вскипятить воду, сварить в ней рис. Испечь свежее антоновское яблоко и протереть. Вареный рис протереть горячим вместе с отваром через сито, смешать с протертым яблоком, добавить сахарный сироп и прокипятить, все время помешивая, чтобы суп был без комков. Суп должен иметь густоту жидкого киселя. Питательная ценность этого супа еще больше повышается, если в него добавляются сливки или сметана. Так же приготовляется суп из абрикосов.

СУП ИЗ КУРАГИ С РИСОМ

...

курага – 7 – 10 шт., рис – 1 ст. ложка, сахарный сироп – 2 ч. ложки, вода – 1,5 стакана, раствор соли – 1/2 ч. ложки

Курагу (сушеные абрикосы) вымыть в теплой воде, залить стаканом холодной воды и варить в закрытой посуде при слабом кипении. Сваренную курагу протереть через сито вместе с отваром. Рис перебрать, промыть, опустить в кипящую воду и варить до мягкости, после чего добавить приготовленное из кураги пюре, сахарный сироп и прокипятить.

Подавать в горячем или охлажденном виде. В готовый суп можно добавить сливки.

СУП ИЗ ЯБЛОК С РИСОВЫМИ КЛЕЦКАМИ

...

яблоко – 1 шт., рис – 1 ст. ложка, сахарный сироп – 2 ч. ложки, молоко – 1/2 стакана, вода – 1 стакан

Сварить суп из свежих яблок, сушеных абрикосов (кураги) или смеси сушеных фруктов и сахарного сиропа, охладить.

Положить в теплый или холодный яблочный суп рисовые клецки.

Приготовление клецек: рис перебрать, вымыть, залить горячей водой и варить 10 минут, потом воду слить, залить рис горячим молоком, прибавить сахарный сироп (2 ч. ложки) и варить в закрытой посуде при слабом кипении. Готовую горячую вязкую кашу перемешать, немедленно выложить ровным слоем толщиной примерно до 1,5 см на смоченное кипяченой водой блюдо и охладить. Нарезать охлажденную рисовую кашу небольшими кусочками в форме кубиков или ромбов.

МАЛИНОВЫЙ СУП С МАННЫМИ КЛЕЦКАМИ

...

крупа манная – 2 ч. ложки, молоко – 1/4 стакана, малина – 1/4 стакана, сахарный сироп – 1 ч. ложка, вода – 3/4 стакана

Манную крупу сварить в молоке, вылить на смоченное водой блюдо. Когда масса застынет, нарезать ее на небольшие кубики. Малину протереть, залить сладкой кипяченой водой. Манные клецки надо положить в тарелку непосредственно перед едой.